

Σεβασμιώτατε Πρόεδρε της Συνοδικής Επιτροπής Αθλητισμού, Σεβασμιώτατε Μητροπολίτη Χίου, Ψαρών και Οινουσσών κ. Μάρκο, και αγαπητά μέλη της Επιτροπής,

με ιδιαίτερη τιμή και ευλάβεια υποβάλλω ενώπιόν σας την εισήγηση με θέμα: «Αθλητισμός, Ήθος και Ανθρώπινο Πρόσωπο: Θεολογική και Ποιμαντική Προσέγγιση. Στρατηγικό Σχέδιο Δράσης για την αντιμετώπιση της βίας στον αθλητισμό». Η παρούσα εισήγηση επιχειρεί να καταδείξει πως ο αθλητισμός, όταν εντάσσεται στο πλαίσιο της χριστιανικής ηθικής, μπορεί να λειτουργήσει ως μέσο καλλιέργειας της αρετής και της αυτοκυριαρχίας. Ωστόσο, όταν αποσπάται από το μέτρο και τη διάκριση, παραμορφώνεται σε πεδίο βίας, υπερηφάνειας και αλαζονείας. Στην παρούσα εισήγηση προτείνεται μια στρατηγική παρέμβασης που στοχεύει στην αναμόρφωση του αθλητικού ήθους και την προστασία του ανθρώπινου προσώπου.

1. Εισαγωγή

Η Ορθοδοξία και ο αθλητισμός, εκ πρώτης όψεως, φαίνεται να κινούνται σε διαφορετικά πεδία: η πρώτη αποβλέπει στη σωτηρία του ανθρώπου και η δεύτερη στη σωματική καλλιέργεια. Ωστόσο, μια βαθύτερη θεώρηση αποκαλύπτει ότι και οι δύο πραγματεύονται το ίδιο υποκείμενο, τον άνθρωπο, ο οποίος κατά την ορθόδοξη θεολογία αποτελεί αδιάσπαστη ενότητα ψυχής και σώματος. Η παρούσα εισήγηση επιχειρεί να αναδείξει τη θεολογική θεμελίωση του αθλητισμού μέσα από την ορθόδοξη ανθρωπολογία, την Αγία Γραφή και την πατερική παράδοση, καθώς και να εξετάσει ιστορικά εκκλησιαστικά πρότυπα που ενσωμάτωσαν την άθληση στην ποιμαντική πράξη. Τέλος, εξετάζεται η βία στον αθλητισμό ως παραποίηση του “αγώνα” και προτείνονται θεολογικά κριτήρια και πρακτικές της Εκκλησίας για την αντιμετώπισή της.

2. Θεολογική και Ανθρωπολογική Θεμελίωση / Ψυχοσωματική ενότητα

Η Ορθόδοξη Εκκλησία αντιλαμβάνεται τον άνθρωπο ως μια αδιαίρετη υλικοπνευματική οντότητα (Λέντζος, 2020). Ο Άγιος Ιωάννης ο Δαμασκηνός τονίζει ότι ο άνθρωπος δημιουργείται ως σύνθεση ορατής και αοράτου φύσεως, αποτελώντας «σύνδεσμον ορατής τε καὶ αοράτου φύσεως» (Ιωάννης Δαμασκηνός, Έκδοσις ακριβής της Ορθοδόξου Πίστεως). Το ανθρώπινο σώμα δεν είναι ένα απλό βιολογικό περίβλημα, αλλά ο «ναός του Αγίου Πνεύματος», γεγονός που επιβάλλει τον σεβασμό και τη φροντίδα του μέσω της άσκησης (Παπαστεφανάκη, 2022).

Η «ασκητική» αυτή προσέγγιση, που συναντάται ήδη από τον Απόστολο Παύλο, παραλληλίζει τον πνευματικό αγώνα με τον αθλητικό στίβο, τονίζοντας την ανάγκη για πειθαρχία, εγκράτεια και «νόμιμη άθληση» (Μέλλιου, 2021). Ο Άγιος Νεκτάριος επισημαίνει τον στενό σύνδεσμο μεταξύ ψυχής και σώματος και την αλληλεπίδρασή τους: κάθε τι που συμβαίνει στο σώμα ανταποκρίνεται στο ενιαίο πρόσωπο και το ίδιο συμβαίνει και στον ψυχικό κόσμο. Όταν το σώμα πάσχει, ο άνθρωπος λέγει «...εγώ πάσχω...» και το ίδιο συμβαίνει και με το πάθος της ψυχής. Συνεπώς, ο άνθρωπος οφείλει να προνοήσει υπέρ της ενισχύσεως αμφοτέρων.

3. Αγιογραφική θεώρηση του αγώνα και της εγκράτειας

Η Αγία Γραφή, ιδίως μέσα από τον λόγο του Αποστόλου Παύλου, χρησιμοποιεί συστηματικά αθλητικές εικόνες για να αποδώσει τον πνευματικό αγώνα του πιστού.

Ο Απόστολος Παύλος γράφει:

«Οὐκ οἶδατε ὅτι οἱ ἐν σταδίῳ τρέχοντες πάντες μὲν τρέχουσιν, εἷς δὲ λαμβάνει τὸ βραβεῖον; οὕτως τρέχετε, ἵνα καταλάβητε. Πᾶς δὲ ὁ ἀγωνιζόμενος πάντα ἐγκρατεύεται· ἐκεῖνοι μὲν οὖν ἵνα φθαρτὸν στέφανον λάβωσιν, ἡμεῖς δὲ ἄφθαρτον.» (Α' Κορ. 9,24–25)

και:

«Τὸν καλὸν ἀγῶνα ἠγωνίσαι, τὸν δρόμον τετέλεκα, τὴν πίστιν τετήρηκα.» (Β' Τιμ. 4,7)

Η εγκράτεια, η πειθαρχία και η επιμονή του αθλητή προβάλλονται ως πρότυπα πνευματικής ζωής, ενώ το «άφθαρτον στέφανον» υποδεικνύει ότι ο πνευματικός αγώνας δεν αποβλέπει σε πρόσκαιρη δόξα αλλά σε αιώνια βράβευση. Στο ίδιο πνεύμα, η Παλαιά Διαθήκη υπενθυμίζει ότι το σώμα αποτελεί δημιούργημα του Θεού και οφείλει να διαφυλάσσεται ως δώρο:

«Σὺ ἐποίησας τὰ ἔνδον μου... φοβερὰ ἐστὶ τὰ ἔργα σου» (Ψαλμός 139,14)

και:

«Καὶ ἐποίησεν ὁ Θεὸς τὸν ἄνθρωπον κατ' εἰκόνα ἑαυτοῦ» (Γεν. 1,27)

Η οντολογική αξία του σώματος θεμελιώνεται στη δημιουργική εντολή του Θεού, ενώ η σωματική ζωή δεν είναι αυτοσκοπός αλλά συνεργός της πνευματικής.

4. Πατερική θεώρηση της άσκησης, του μέτρου και του ήθους

Οι Πατέρες της Εκκλησίας δεν απορρίπτουν τη σωματική άσκηση, αλλά την εντάσσουν σε παιδαγωγικό και πνευματικό πλαίσιο. Ο Κλήμης ο Αλεξανδρεὺς αναγνωρίζει τη χρησιμότητα της σωματικής άσκησης για τους νέους, τονίζοντας ότι:

«Τὸ γυμνάσιον ἀναγκαῖον τοῖς νέοις· αἱ γὰρ ἀσκήσεις πρὸς ὑγείαν καὶ εὐψυχίαν συντελοῦσιν.» (Κλήμης Αλεξανδρεύς, *Παιδαγωγός*, Γ')

Ο Μέγας Βασίλειος προσεγγίζει το σώμα με διάκριση, αποφεύγοντας τόσο την περιφρόνηση όσο και την υπερβολή. Στα κείμενά του αναφέρει:

«Οὐχ ἵνα τὸ σῶμα καταγυμνάσωμεν ὥς τέλος, ἀλλ' ἵνα αὐτὸ ὑποτάξωμεν τῇ ψυχῇ.» (*Μέγας Βασίλειος, Ασκητικοί Λόγοι*)

και:

«Ἡ τοῦ σώματος ἄσκησις μικρὰν ὠφέλειαν ἔχει, ὅταν μὴ συνοδεύηται ὑπὸ τῆς πνευματικῆς.» (*Μέγας Βασίλειος, Επιστολαί*)

Η άσκηση αποκτά αξία όταν υπηρετεῖ τον πνευματικό σκοπό και δεν μετατρέπεται σε αυτοσκοπό. Ο Άγιος Νεκτάριος συνοψίζει την πατερική αυτή στάση με σαφήνεια:

«Ἡ μονομερὴς φροντίς τοῦ σώματος ἢ τῆς ψυχῆς ἀποτελεῖ ἀμέλειαν τοῦ ἐτέρου.» (*Άγιος Νεκτάριος, Παιδαγωγικά και επιστολικά κείμενα*)

και, επικαλούμενος την αριστοτελική μεσότητα:

«Τὰ ὑπερβάλλοντα καὶ τὰ ἐλλείποντα γυμνάσια φθείρει τὴν ψυχὴν.» (Άγιος Νεκτάριος)

5. Πατερικές μαρτυρίες για τον υγιή αθλητισμό

Η πατερική παράδοση προσφέρει σαφείς αρχές για τον υγιή αθλητισμό: μέτρο, διάκριση, εγκράτεια και πνευματική κατεύθυνση. Στο πλαίσιο αυτό, ο Άγιος Ισαάκ ο Σύρος επισημαίνει: «Πᾶσα ἄσκησις ἄνευ διακρίσεως βλάβην φέρει.» (Ισαάκ ο Σύρος, *Λόγοι Ασκητικοί*)

Ο Άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής διευκρινίζει ότι τα πάθη δεν προέρχονται από το σώμα, αλλά από την κακή χρήση του: «Οὐ τὸ σῶμα αἴτιον τῶν παθῶν, ἀλλ' ἡ κακὴ χρῆσις αὐτοῦ.» (Μάξιμος Ομολογητής, *Κεφάλαια περὶ ἀγάπης*)

Ο Άγιος Ιωάννης της Κλίμακος αναδεικνύει τον αγώνα ως διαρκή παιδαγωγική διαδικασία: «Ἀγὼν ἐστὶν ἡ ζωὴ· καὶ ὁ μὴ ἀγωνιζόμενος οὐ στεφανοῦται.» (Ιωάννης Σιναΐτης, *Κλίμαξ*)

Ο Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος επιμένει στη συνεργασία σώματος και ψυχής: «Οὐχ ἵνα τὸ σῶμα καταφρονῶμεν, ἀλλ' ἵνα αὐτὸ παιδαγωγῶμεν.» (Γρηγόριος ο Θεολόγος, *Λόγοι*)

Οι σύγχρονοι Άγιοι επαναφέρουν την πατερική αρχή του μέτρου:

«Τὸ σῶμα θέλει ξεκούραση καὶ χαρὰ· ὅλα μὲ τὸ μέτρο.» (Πορφύριος Καυσοκαλυβίτης, *Βίος και Λόγοι*)

και: «Ο διάβολος κρύβεται στίς ὑπερβολές.» (Παΐσιος Αγιορείτης, *Λόγοι*)

6. Ιστορικά πρότυπα και προστάτες άγιοι στον αθλητισμό

Η Εκκλησία διαθέτει ισχυρά πρότυπα που συνδέουν την πίστη με τη σωματική αγωγή:

- **Άγιος Νεκτάριος:** Ο επίσημος προστάτης της Φυσικής Αγωγής, ο οποίος πρώτος εισήγαγε το ποδόσφαιρο στη Ριζάρειο Σχολή, διδάσκοντας τη «σύμμετρο γυμνασία» ως μέσο ηθικής ολοκλήρωσης (Λέντζος, 2020).
- **Άγιος Νέστωρ:** Προστάτης των αθλητών, του οποίου η νίκη επί του Λυαίου συμβολίζει την υπεροχή του ήθους έναντι της ωμής βίας (Βακαδάρης, 2010).
- **Άγιος Χρυσόστομος Σμύρνης:** Πρωτεργάτης των αθλητικών υποδομών (Πανιώνιος), που έβλεπε τον αθλητισμό ως διέξοδο για τη νεολαία (Λέντζος, 2020).

Αυτά τα πρότυπα δείχνουν ότι ο αθλητισμός δεν είναι μόνο σωματική άσκηση αλλά και πνευματική αγωγή, κοινωνική πρόληψη και οικοδόμηση χαρακτήρα.

(ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ) Γιατί οι Άγιοι Νεκτάριος – Νέστωρ – Χρυσόστομος Σμύρνης είναι “πρότυπα” και σήμερα

Άγιος Νεκτάριος

- Δεν είναι απλά “αθλητικός παιδαγωγός”, αλλά πατέρας πνευματικός.
- Η άθληση που ενέταξε στη Ριζάρειο ήταν πνευματικά προσανατολισμένη.
- Επέτρεψε το ποδόσφαιρο με όρους μέτρου, παιδαγωγικής και πνευματικής ωριμότητας.

Σήμερα είναι παράδειγμα για:

- τον υγιή τρόπο άθλησης
- την ισορροπία ψυχής-σώματος
- την αντίληψη ότι ο αθλητισμός δεν πρέπει να είναι “άθλημα του πάθους”

Άγιος Νέστωρ

- Συμβολίζει την νίκη με ήθος.
- Ο αθλητής-Άγιος, που νικά χωρίς αλαζονεία, χωρίς βία, χωρίς φθόνο.

Σήμερα είναι πρότυπο για:

- “νίκη με καθαρότητα”
- αποδοχή της ήττας με ταπείνωση
- σεβασμό στον αντίπαλο

Άγιος Χρυσόστομος Σμύρνης

- Ο πρώτος που είδε τον αθλητισμό ως κοινωνική παιδεία και προστασία της νεολαίας
- Καλλιέργησε αθλητικές υποδομές ως μέσο προληπτικής παιδείας

Σήμερα είναι πρότυπο για:

- το “αθλητισμό ως κοινότητα”
- την πρόληψη της βίας και της παραβατικότητας
- την αθλητική παιδεία ως δημόσιο αγαθό

7. Η σύγχρονη κρίση: βία, διαφθορά και κακοποίηση

Ο σύγχρονος αθλητισμός μαστίζεται από φαινόμενα που προσβάλλουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια:

- **Οπαδική βία:** Μετατρέπεται σε «ωμή δολοφονική ενέργεια» (Γογγάκη, 2022), τροφοδοτούμενη από την ανάγκη κοινωνικά αποκλεισμένων νέων για «ορατότητα» (Μαστρογιαννάκης, 2024).
- **Σκοτεινή πλευρά:** Η διαφθορά και το «κρατικό-εταιρικό έγκλημα» μετατρέπουν τα σωματεία σε επιχειρηματικά δίκτυα που εργαλειοποιούν τους οπαδούς ως «ιδιωτικούς στρατούς» (Τσανικίδου, 2025).
- **Κακοποίηση:** Η κουλτούρα της «ομερτά» (σιωπής) στα προπονητήρια επιτρέπει τη σωματική και σεξουαλική κακοποίηση ανηλίκων (Τασσοπούλου, 2023).
- **Doping:** Η τεχνητή υπερδιέγερση αποτελεί βιοηθική προσβολή της ανθρώπινης φύσης (Παπαστεφανάκη, 2022).

8. Η βία στον αθλητισμό: θεολογική και πατερική θεώρηση

Η Αγία Γραφή παρουσιάζει τη βία ως αποτέλεσμα της πώσης και της ανθρώπινης αμαρτίας. Η πρώτη δολοφονία, η δολοφονία του Άβελ από τον Κάιν, αποκαλύπτει ότι η βία είναι καρπός του φθόνου και της υπερηφάνειας:

- Γένεση 4,8: «Καὶ ἐγένετο ἄρτι ἐν τῷ ἀγρῷ... καὶ ἀπέκτεινεν αὐτόν.»

Η βία συνδέεται άμεσα με τον φθόνο, την έριδα και την ακαταστασία:

- Ιακώβ 3,16: «ὅπου γὰρ ἔστι φθόνος καὶ ἔρις, ἐκεῖ ἀκαταστασία καὶ πᾶν πονηρὸν ἔργον.»

Η βία συνδέεται επίσης με την παραβίαση της αγάπης, που είναι η θεμελιώδης εντολή της Καινής Διαθήκης:

- Α' Ιωάννου 4,8: «ὁ μὴ ἀγαπῶν οὐκ ἔγνω τὸν Θεόν, ὅτι ὁ Θεὸς ἀγάπη ἐστίν.»
- Ματθαίος 5,44: «ἀγαπᾶτε τοὺς ἐχθροὺς ὑμῶν.»

Συνεπώς, η βία είναι αντίθετη προς την ουσία του Θεού, ο οποίος είναι αγάπη, και ως εκ τούτου αποτελεί πνευματική αποστασία.

Οι Πατέρες της Εκκλησίας ερμηνεύουν τη βία ως αποτέλεσμα της ανθρώπινης υπερηφάνειας και της απομάκρυνσης από τον Θεό. Στο πλαίσιο της χριστιανικής

ηθικής, η βία δεν μπορεί να νοηθεί ως “μέσο” για επίτευξη σκοπού, αλλά ως αμαρτία που διαλύει την κοινωνία και τη σχέση του ανθρώπου με τον Θεό.

Ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος διδάσκει ότι η βία είναι έκφραση της αδυναμίας και της έλλειψης αγάπης, ενώ ο άνθρωπος που αγωνίζεται για αρετή δεν έχει ανάγκη να καταστρέφει τον άλλον. Η βία αποτελεί “παράγωγο” της φιλαυτίας και της αυτοδικαίωσης.

Ο Άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής τονίζει ότι τα πάθη δεν προέρχονται από το σώμα αλλά από την κακή χρήση του: «Οὐ τὸ σῶμα αἴτιον τῶν παθῶν, ἀλλ’ ἡ κακὴ χρῆσις αὐτοῦ.» (Μάξιμος ο Ομολογητής, *Κεφάλαια περί αγάπης*)

Ο Άγιος Ισαάκ ο Σύρος επισημαίνει ότι η άσκηση χωρίς διάκριση βλάπτει:

«Πᾶσα ἄσκησις ἄνευ διακρίσεως βλάβην φέρει.» (Ισαάκ ο Σύρος, *Λόγοι Ασκητικοί*)

Ο Άγιος Ιωάννης της Κλίμακος αναδεικνύει ότι η ζωή είναι αγώνας, αλλά αγώνας αρετής: «Ἀγὼν ἐστὶν ἡ ζωὴ· καὶ ὁ μὴ ἀγωνιζόμενος οὐ στεφανοῦται.» (Ιωάννης Σιναΐτης, *Κλίμαξ*)

Η βία στον αθλητισμό αποτελεί παραποίηση του “αγώνα”: όταν ο αθλητισμός αποσπάται από τη θεολογική προοπτική και γίνεται πεδίο βίας, ανταγωνισμού και αυτοπροβολής, χάνει τον παιδαγωγικό χαρακτήρα του και γίνεται «εικόνα της αμαρτίας».

Τι προτείνει σήμερα η Εκκλησία για την αντιμετώπιση της βίας στον αθλητισμό

Η Εκκλησία σήμερα προτείνει μια ολοκληρωμένη στρατηγική ενάντια στη βία στον αθλητισμό, που συνδυάζει:

1. Πρόγραμμα «Νεκταριανή Αγωγή»

Επανένταξη της αριστοτελικής «μεσότητας» στα κατηχητικά, προωθώντας την άσκηση ως εργαλείο αυτογνωσίας και όχι σωματολατρίας. (Theodoridis, 2025).

2. Εργαστήρια «Δια-φυλετικής Φρόνησης»

Χρήση του μοντέλου MEVIR 2 για τη συμφιλίωση αντίπαλων οπαδών, διδάσκοντας την αναγνώριση ηθικών προκαταλήψεων (Schwabe, 2025).

3. Δίκτυο «Safe Havens»

Δημιουργία ενοριακών δομών προστασίας για αθλητές-θύματα κακοποίησης, σπάζοντας τον κώδικα σιωπής (Μηλιώνη, 2017).

4. **Εκπαίδευση «Ενεργού Μάρτυρα»**
Επιμόρφωση των νέων φιλάθλων να παρεμβαίνουν κατά της βίας, καταπολεμώντας το «φαινόμενο του θεατή» (Ρασιδάκη, 2015).
5. **«Χάρτης Βιοηθικής του Αθλητή»**
Θέσπιση εκκλησιαστικού κώδικα που καταδικάζει το doping ως προσβολή του «Σώματος-Ναού» (Παπαστεφανάκη, 2022).
6. **Παρατηρητήριο Αθλητικής Ηθικής**
Σύσταση εκκλησιαστικού οργάνου για την παρακολούθηση της διαφθοράς και της βίας (Σπανίδου, 2019).
7. **Digital Ethical Coaching**
Παρέμβαση στα κοινωνικά δίκτυα για την ανάσχεση της ρητορικής μίσους (CSI Institute, 2022).
8. **Ενοριακός «Διαπολιτισμικός Αθλητισμός»**
Ένταξη προσφύγων μέσω του παιχνιδιού, προάγοντας την αλληλεγγύη (Μάστορα & Βαλοτάσιου, x.x.).
9. **Πρακτική Σοφία (Phronesis) για Προπονητές**
Σεμινάρια για τον ηθικό ρόλο του «αλείπτη-παιδαγωγού» (Melliou, 2021).
10. **Βραβεία «Αθλητικής Μαρτυρίας» (Attestation)**
Βράβευση του ήθους και όχι της νίκης, σύμφωνα με το πρότυπο του Αγίου Νεκταρίου (Λέντζος, 2020).

Συμπέρασμα

Η Εκκλησία οφείλει να αναλάβει πρωταγωνιστικό ρόλο, μετατρέποντας τον αθλητισμό από πεδίο βίας σε χώρο «δικαιοσύνης, ομορφιάς και αγαθότητας» (Λέντζος, 2020). Η πατερική και αγιογραφική παράδοση διδάσκει ότι η βία είναι αμαρτία, καρπός της υπερηφάνειας και της έλλειψης αγάπης. Στον αθλητισμό, η βία αποτελεί παραποίηση του αγώνα, ο οποίος, στην ορθόδοξη θεολογία, είναι παιδαγωγικός και πνευματικός. Η Εκκλησία καλεί σε μέτρο, διάκριση και σωφροσύνη, και προτείνει την άθληση ως χώρο διαπαιδαγώγησης και ενίσχυσης της αρετής, όταν αυτή υπηρετεί την ψυχοσωματική ενότητα του ανθρώπου και τον θεολογικό του προορισμό, τη θέωση.

Στρατηγικό Σχέδιο Δράσης: «Αθλητισμός, Ήθος και η Προστασία του Ανθρώπινου Προσώπου»

1. Εισαγωγή

Η βία στον αθλητισμό αποτελεί σύγχρονο κοινωνικό και ηθικό πρόβλημα, που εκδηλώνεται τόσο στον χώρο των γηπέδων όσο και στην ευρύτερη αθλητική κοινότητα. Η Εκκλησία, ως φορέας ηθικής διδασκαλίας και κοινωνικής αγωγής, δεν περιορίζεται σε γενικές καταδίδες, αλλά προτείνει μια ολοκληρωμένη στρατηγική πρόληψης και αντιμετώπισης, η οποία συνδυάζει πνευματική αγωγή, θεσμική εποπτεία, προστασία θυμάτων, εκπαίδευση προπονητών και οπαδών, καθώς και την καλλιέργεια πολιτισμικής συνοχής.

Η πατερική και αγιογραφική παράδοση διδάσκει ότι η βία είναι καρπός της υπερηφάνειας και της έλλειψης αγάπης. Ο αθλητισμός, όταν αποσπάται από το πλαίσιο του μέτρου και της διάκρισης, παραμορφώνεται σε πεδίο συγκρούσεων και εκφράσεων αλαζονείας. Αντίθετα, η ορθόδοξη παράδοση τονίζει ότι ο αθλητισμός μπορεί να λειτουργήσει ως παιδαγωγική διαδικασία, μέσω της οποίας ο άνθρωπος μαθαίνει την πειθαρχία, την αυτοκυριαρχία και την αρετή.

Η Εκκλησία σήμερα προτείνει μια ολοκληρωμένη στρατηγική ενάντια στη βία στον αθλητισμό, που συνδυάζει:

- Πνευματική αγωγή: “Νεκταριανή Αγωγή”
- Θεσμική εποπτεία: “Παρατηρητήριο Αθλητικής Ηθικής και Βιοηθικής”
- Προστασία θυμάτων: “safe havens” στις ενορίες
- Εκπαίδευση προπονητών: “Σεμινάριο φρόνησης (phronesis)”
- Εκπαίδευση οπαδών/θεατών: “ενεργός μάρτυρας”
- Βιοηθική κατά του doping: “Χάρτης βιοηθικής του αθλητή”
- Πολιτισμική συνοχή: “Ενοριακή διαπολιτισμική άθληση”
- Βραβεία “αθλητικής μαρτυρίας”
- Πρόληψη ψυχικής βίας: “ιδεολογία της ισχνότητας”
- Οικογενειακή αγωγή: “Συμφωνία γονικής άθλησης”
- Διαφάνεια και λογοδοσία
- Αθλητικές βιβλιοθήκες
- Διενοριακά πρωταθλήματα

2. Η κρίση του Αθλητικού Ιδεώδους

Ο σύγχρονος αθλητισμός στην Ελλάδα και διεθνώς έχει μετατραπεί από πεδίο καλλιέργειας της «καλοκαγαθίας» σε χώρο εκδήλωσης ωμής βίας και διαφθοράς

(Γογγάκη, 2022· Μαστρογιαννάκης, 2024). Η Εκκλησία, αντιλαμβανόμενη τον άνθρωπο ως υλικοπνευματική ενότητα και το σώμα ως «ναό του Αγίου Πνεύματος», οφείλει να αναλάβει πρωταγωνιστικό ρόλο στην ηθική θωράκιση των νέων (Λέντζος, 2020· Παπαστεφανάκη, 2022). Η παρούσα εισήγηση προτείνει τη μετάβαση από τον «αθλητισμό της απόδοσης» στον «αθλητισμό του ήθους».

3. 16 Καινοτόμες Προτάσεις και Παραδείγματα Εφαρμογής

I. Ίδρυση «Παρατηρητηρίου Αθλητικής Ηθικής και Βιοηθικής»

Ανάπτυξη: Η διαφθορά και το «κρατικό-εταιρικό έγκλημα» (στημένοι αγώνες, ξέπλυμα χρήματος) συνδέονται άμεσα με την οπαδική βία, καθώς οι οπαδοί συχνά εργαλειοποιούνται ως «ιδιωτικοί στρατοί» συμφερόντων (Τσανικίδου, 2025). Το Παρατηρητήριο θα μελετά τις παρεκκλίσεις αυτές ως βιοηθικές προσβολές της ανθρώπινης αξιοπρέπειας. (Παπαστεφανάκη, 2022).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Δημιουργία «Δείκτη Αθλητικής Ακεραιότητας» για τα ερασιτεχνικά και επαγγελματικά σωματεία, που θα αξιολογεί τη διαφάνεια στις διοικήσεις τους.

II. Πρόγραμμα «Νεκταριανή Αγωγή»: Η Επιστροφή στη Μεσότητα

Ανάπτυξη: Βασισμένο στην ομιλία του Αγίου Νεκταρίου «Περί Γυμναστικής», το πρόγραμμα προωθεί τη «σύμμετρο γυμνασία», όπου η σωματική άσκηση υπηρετεί την πνευματική ευψυχία και όχι τη σωματολατρεία (Λέντζος, 2020· Theodoridis, 2025).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Ένταξη βιωματικών εργαστηρίων στα κατηχητικά, όπου οι νέοι μαθαίνουν ότι η υπερβολική άσκηση μπορεί να «φθείρει την ψυχή».

III. Δίκτυο Ενοριακών «Safe Havens» για Θύματα Κακοποίησης

Ανάπτυξη: Η κουλτούρα της «ομερτά» (σιωπής) στον αθλητισμό προστατεύει τους δράστες κακοποίησης (Τασσοπούλου, 2023). Η Εκκλησία οφείλει να παρέχει «ασφαλή καταφύγια» στη βάση της ηθικής ευθύνης προς τον πάσχοντα Άλλον (Μηλιώνη, 2017).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Λειτουργία ενοριακών ομάδων υποστήριξης με εξειδικευμένους ψυχολόγους για αθλητές που έχουν υποστεί λεκτική ή σωματική βία από προπονητές.

IV. Εργαστήρια «Δια-φυλετικής Φρόνησης» (Μοντέλο MEVIR 2)

Ανάπτυξη: Οι οπαδοί συχνά εγκλωβίζονται σε «Φυλές της Αλήθειας» (Truth Tribes), θεωρώντας τον αντίπαλο οντολογικά κακό (Schwabe, 2025). Η καλλιέργεια της

φρόνησης βοηθά στην αποδόμηση αυτών των γνωστικών προκαταλήψεων. (Theodoridis, 2025).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Διοργάνωση κοινών δράσεων εθελοντισμού από οργανωμένους οπαδούς διαφορετικών ομάδων υπό την αιγίδα της Εκκλησίας.

V. Εκπαίδευση «Ενεργού Μάρτυρα» (Bystander Intervention)

Ανάπτυξη: Η βία συντηρείται από την παθητικότητα των θεατών. Η εκπαίδευση των νέων να μετατρέπονται από παθητικοί θεατές σε ενεργούς μάρτυρες είναι κρίσιμη για την πρόληψη του εκφοβισμού (Ρασιδάκη, 2015· Τασσοπούλου, 2023).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Σεμινάρια σε αθλητικές ακαδημίες για το πώς οι αθλητές μπορούν να απομονώνουν ειρηνικά συμπαίκτες που επιδεικνύουν bullying.

VI. Σύνταξη «Χάρτη Βιοηθικής του Αθλητή» κατά του Doping

Ανάπτυξη: Το doping αποτελεί βιοηθική προσβολή, καθώς νοθεύει την ανθρώπινη φύση και την αρχή της ίσης συμμετοχής (Παπαστεφανάκη, 2022). Ο Χάρτης θα συνδέει την αποχή από ουσίες με τον σεβασμό στο «Σώμα-Ναό».

Παράδειγμα Εφαρμογής: Υποχρεωτική υπογραφή του Χάρτη από κάθε αθλητή ενοριακού συλλόγου ως προϋπόθεση συμμετοχής σε αγώνες.

VII. Σεμινάρια «Πρακτικής Σοφίας» (Phronesis) για Προπονητές

Ανάπτυξη: Ο προπονητής πρέπει να λειτουργεί ως «αλείπτης-παιδαγωγός», εστιάζοντας στην ηθική ανάπτυξη του αθλητή και όχι στη «νίκη με κάθε κόστος» (Μέλλιου, 2021· Theodoridis, 2025).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Πρόγραμμα πιστοποίησης «Ηθικού Προπονητή» από την Ιερά Σύνοδο για προπονητές που εργάζονται με παιδιά.

VIII. Ψηφιακή Καμπάνια: «Digital Ethical Coaching»

Ανάπτυξη: Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης λειτουργούν ως «ενισχυτές» του οπαδικού μίσους (CSI Institute, 2022). Η Εκκλησία πρέπει να παρέμβει ψηφιακά για την ανάσχεση της ρητορικής μίσους. (Μαστρογιαννάκης, 2024).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Δημιουργία περιεχομένου (videos, podcasts) που αναδεικνύει την «ανθρωπιά» του αντιπάλου αθλητή.

IX. Πρωτοβουλία «Ενοριακή Διαπολιτισμική Άθληση»

Ανάπτυξη: Ο αθλητισμός είναι εργαλείο κοινωνικής ενσωμάτωσης (Σπανίδου, 2019). Η Εκκλησία μπορεί να χρησιμοποιήσει το παιχνίδι για να καταπολεμήσει τον ρατσισμό και την ξενοφοβία (CSI Institute, 2022).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Διενοριακά πρωταθλήματα ποδοσφαίρου με μεικτές ομάδες γηγενών και προσφύγων.

X. Καθιέρωση Βραβείων «Αθλητικής Μαρτυρίας» (Attestation)

Ανάπτυξη: Στον σύγχρονο αθλητισμό η αυτοεκτίμηση ταυτίζεται λανθασμένα μόνο με τη νίκη (Schwabe, 2025). Η Εκκλησία πρέπει να βραβεύει το ήθος, την αυτοθυσία και την ευγενή άμιλλα. (Λέντζος, 2020).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Ετήσια βράβευση αθλητή που παραχώρησε τη θέση του ή βοήθησε αντίπαλο σε στιγμή ανάγκης.

XI. Προστασία από την «Ιδεολογία της Ισχύος» (Pixie Model)

Ανάπτυξη: Η πίεση για διατήρηση χαμηλού βάρους οδηγεί ανήλικες αθλήτριες σε διατροφικές διαταραχές και κακοποίηση. (Τασσοπούλου, 2023).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Θέσπιση ελάχιστων ορίων ηλικίας και σωματικής διάπλασης για συμμετοχή σε ενοριακά τμήματα ενόργανης γυμναστικής.

XII. Πρόγραμμα «Συμφωνία Γονικής Άθλησης»

Ανάπτυξη: Οι γονείς συχνά πιέζουν υπερβολικά τα παιδιά για επιτυχία, νομιμοποιώντας τη βία. (Ρασιδάκη, 2015).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Υπογραφή «Κώδικα Συμπεριφοράς Γονέα» που απαγορεύει τις λεκτικές επιθέσεις κατά διαιτητών και αντιπάλων.

XIII. Καταπολέμηση της «Ασύμμετρης Απόδοσης» (Cognitive Biases)

Ανάπτυξη: Οι οπαδοί δικαιολογούν τη δική τους βία ως situational, ενώ του αντιπάλου ως dispositional. (Schwabe, 2025).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Παιχνίδια ρόλων στα κατηχητικά όπου οπαδοί καλούνται να υπερασπιστούν τη θέση της αντίπαλης ομάδας.

XIV. Διαφάνεια και Λογοδοσία Αθλητικών Φορέων

Ανάπτυξη: Η Εκκλησία οφείλει να ζητά τη διαφανή διαχείριση του δημόσιου χρήματος στον αθλητισμό. (Τσανικίδου, 2025).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Δημόσια υποστήριξη της Ιεράς Συνόδου για τον έλεγχο «Πόθεν Ἔσχες» όλων των μελών των αθλητικών ομοσπονδιών.

XV. Ίδρυση «Αθλητικών Βιβλιοθηκών Ἅγιος Νεκτάριος»

Ανάπτυξη: Συγκέντρωση υλικού που συνδέει τη φυσική αγωγή με την ηθική και τη θεολογία. (Λέντζος, 2020).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Ψηφιακή πλατφόρμα με κείμενα Πατέρων της Εκκλησίας και σύγχρονων εγκληματολόγων για την αθλητική παιδεία.

XVI. Αναβίωση των «Διενοριακών Πρωταθλημάτων Ἅγιος Νέστωρ»

Ανάπτυξη: Οργάνωση αγώνων στίβου που προάγουν τη νίκη του πνεύματος επί της ωμής δύναμης, σύμφωνα με το πρότυπο του Αγίου Νέστορος (Βακαδάρης, 2010· Λέντζος, 2020).

Παράδειγμα Εφαρμογής: Ετήσιο αθλητικό φεστιβάλ όπου η συμμετοχή κάθε ενορίας εξαρτάται από τη συμπεριφορά των οπαδών της κατά τη διάρκεια του έτους.

4. Συμπέρασμα

Η υλοποίηση των παραπάνω προτάσεων θα μετατρέψει την Εκκλησία σε έναν ενεργό παιδαγωγό που παρεμβαίνει στην καρδιά του κοινωνικού προβλήματος της βίας. Η πατερική και αγιογραφική παράδοση διδάσκει ότι η βία είναι αμαρτία, καρπός της υπερηφάνειας και της έλλειψης αγάπης. Στον αθλητισμό, η βία αποτελεί παραποίηση του αγώνα, ο οποίος, στην ορθόδοξη θεολογία, είναι παιδαγωγικός και πνευματικός. Η Εκκλησία καλεί σε μέτρο, διάκριση και σωφροσύνη, και προτείνει την άθληση ως χώρο διαπαιδαγώγησης και ενίσχυσης της αρετής, όταν αυτή υπηρετεί την ψυχοσωματική ενότητα του ανθρώπου και τον θεολογικό του προορισμό, τη θέωση.

Η καλλιέργεια του ήθους στον αθλητισμό ως παιδαγωγικό μέσο πρόληψης της βίας

1. Εισαγωγή

Ο αθλητισμός συνιστά έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς αγωγής, καθώς συνδυάζει τη σωματική δραστηριότητα με τη διαμόρφωση κοινωνικών, συναισθηματικών και ηθικών δεξιοτήτων. Ιδιαίτερα στις μικρές ηλικίες, από την προσχολική έως και την πρώτη σχολική ηλικία (3–8 ετών), ο αθλητικός χώρος λειτουργεί ως πεδίο βιωματικής μάθησης, μέσα στο οποίο τα παιδιά έρχονται σε επαφή με έννοιες όπως οι κανόνες, η συνεργασία και ο σεβασμός (Shields & Bredemeier, 2007).

Ωστόσο, παρά τα παιδαγωγικά του οφέλη, ο σύγχρονος αθλητισμός συχνά συνοδεύεται από φαινόμενα βίας και επιθετικότητας, τα οποία, όπως καταδεικνύεται στη βιβλιογραφία, μεταφέρονται και στον παιδικό αθλητισμό μέσω κοινωνικών προτύπων και γονεϊκών στάσεων (Bandura, 1977). Επομένως, καθίσταται αναγκαία η επανατοποθέτηση του αθλητισμού ως παιδαγωγικού εργαλείου καλλιέργειας ήθους και όχι ως πεδίου μονοδιάστατου ανταγωνισμού.

Αξίζει να αναφέρουμε τον ρόλο του αθλητισμού στην ηθική αγωγή των παιδιών, λαμβάνοντας υπόψη τα στάδια ανάπτυξης, τις παιδαγωγικές θεωρίες, τη θεολογική ορθόδοξη παράδοση, τις αρχές της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης (*inclusive education*), καθώς και πρακτικές στρατηγικές που εφαρμόζουν παιδαγωγοί, καθηγητές και ως επί το πλείστον προπονητές. Επιπλέον, γίνεται σύνδεση με παραδείγματα σύγχρονων αθλητών που προβάλλουν ήθος και θετικά πρότυπα συμπεριφοράς.

2. Θεωρητικές προσεγγίσεις της ηθικής αγωγής

Αρχικά, η ηθική αγωγή των παιδιών αποτελεί βασικό στόχο της εκπαίδευσης, καθώς συνδέεται άμεσα με τη διαμόρφωση της προσωπικότητας, την κοινωνική συμπεριφορά και την ικανότητα λήψης αποφάσεων με βάση αξίες και αρχές. Στον αθλητισμό, η ηθική αγωγή αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, να σέβονται τους κανόνες και να αντιμετωπίζουν τη νίκη και την ήττα με ισορροπία και αυτοπειθαρχία.

Οι θεωρητικές προσεγγίσεις της ηθικής ανάπτυξης προσφέρουν εργαλεία για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα παιδιά κατανοούν τις αξίες, αναπτύσσουν συνείδηση και εφαρμόζουν κανόνες. Παρακάτω εξετάζονται οι κυριότερες θεωρίες:

2.1 Η θεωρία της ηθικής ανάπτυξης του Piaget

Σύμφωνα με τον Piaget (1965), η ηθική ανάπτυξη του παιδιού εξελίσσεται σταδιακά μέσα από δύο βασικά στάδια: την ετερόνομη (δηλ. υπακοή στους κανόνες γιατί έτσι λένε οι ενήλικες) και την αυτόνομη ηθική (δηλ. κατανοώ τους κανόνες, σκέφτομαι τις προθέσεις και συνεργάζομαι δίκαια). Στην ετερόνομη ηθική, η οποία χαρακτηρίζει κυρίως τις μικρές ηλικίες, οι κανόνες θεωρούνται απόλυτοι και επιβεβλημένοι από την αυθεντία του ενήλικα. Αντίθετα, στην αυτόνομη ηθική, το παιδί κατανοεί ότι οι κανόνες είναι αποτέλεσμα κοινωνικής συμφωνίας.

Επιπλέον, μέσα από τα πειράματά του σχετικά με το παιχνίδι, ο Piaget διαπίστωσε ότι οι ομαδικές δραστηριότητες συμβάλλουν καθοριστικά στη διαμόρφωση της έννοιας της δικαιοσύνης. Υπό αυτό το πρίσμα, ο αθλητισμός, ως οργανωμένο παιχνίδι με κανόνες, αποτελεί ιδανικό πλαίσιο μετάβασης προς την αυτόνομη ηθική.

2.2 Η κοινωνικοπολιτισμική θεωρία του Vygotsky

Σε αντίθεση με τον Piaget, ο Vygotsky (1978) τόνισε τον κοινωνικό χαρακτήρα της μάθησης. Η ηθική ανάπτυξη πραγματοποιείται μέσω της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και της καθοδήγησης από πιο έμπειρα άτομα. Η έννοια της ζώνης επικείμενης ανάπτυξης καθίσταται ιδιαίτερα σημαντική στον χώρο του αθλητισμού, καθώς ο προπονητής, ο παιδαγωγός ή ο κατηχητής αναλαμβάνουν τον ρόλο του παιδαγωγικού διαμεσολαβητή. Μέσα από τη στοχευμένη καθοδήγηση, την ενθάρρυνση και το προσωπικό παράδειγμα, συμβάλλουν στη σταδιακή ανάπτυξη δεξιοτήτων, στάσεων και ηθικών συμπεριφορών, οι οποίες υπερβαίνουν το επίπεδο της αυτόνομης δράσης των παιδιών. Κατά συνέπεια, η ηθική συμπεριφορά δεν διδάσκεται θεωρητικά, αλλά οικοδομείται μέσα από τη συμμετοχή, τη συνεργασία και τη σταδιακή εσωτερίκευση αξιών.

2.3 Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης του Bandura

Επιπροσθέτως, η θεωρία της κοινωνικής μάθησης του Bandura (1977) αναδεικνύει τον καθοριστικό ρόλο των προτύπων. Όπως κατέδειξε το πείραμα με την κούκλα Bobo, τα παιδιά τείνουν να μιμούνται τις συμπεριφορές που παρατηρούν, είτε αυτές είναι επιθετικές είτε είναι ηθικές.

Συνεπώς, στον αθλητισμό, η συμπεριφορά των προπονητών, παιδαγωγών ή κατηκτών αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα, καθώς λειτουργεί ως άτυπο πρόγραμμα ηθικής αγωγής και καθοδηγεί την ανάπτυξη συνεργατικότητας, σεβασμού και αυτοπειθαρχίας.

Οι θεωρίες του Piaget, του Vygotsky και του Bandura αλλά και πολλές άλλες προσφέρουν σημαντικές οπτικές για την κατανόηση της ηθικής ανάπτυξης των παιδιών. Ο Piaget αναδεικνύει τη σταδιακή γνωστική ωρίμανση και τον ρόλο των κανόνων και της δικαιοσύνης μέσα από το παιχνίδι, ο Vygotsky τονίζει τη σημασία της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και της στοχευμένης καθοδήγησης, ενώ ο Bandura υπογραμμίζει την επίδραση των προτύπων στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς. Άλλες θεωρητικές προσεγγίσεις έχουν επίσης συμβάλει στην κατανόηση του ήθους και της ηθικής αγωγής. Στο πλαίσιο του αθλητισμού, αυτές οι προσεγγίσεις μπορούν να συνδυαστούν για να προσφέρουν ένα ολοκληρωμένο παιδαγωγικό πλαίσιο, όπου τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, να σέβονται τους άλλους και να αποφεύγουν τη βία. Από θεολογική σκοπιά, η παρουσία προτύπων, τόσο από τη ζωή των Αγίων όσο και από τον σύγχρονο αθλητικό χώρο, ενισχύει την εσωτερίκευση των αξιών και τη διαμόρφωση ήθους. Ο αθλητισμός, ως βιωματική και κοινωνική δραστηριότητα, καθίσταται έτσι πεδίο καλλιέργειας αρετής, όπου η παιδαγωγική καθοδήγηση συνδέεται με την ορθόδοξη αντίληψη ότι η ηθική ανάπτυξη συντελείται μέσα από πρότυπα, καθοδήγηση, συνεργασία και ενεργό συμμετοχή.

3. Το ήθος σύμφωνα με τα αναπτυξιακά στάδια των παιδιών

Βασιζόμενοι στις θεμελιώδεις θεωρίες του Jean Piaget και του Lawrence Kohlberg, και ενσωματώνοντας τις σύγχρονες έρευνες των Shields και Bredemeier για τον αθλητισμό, μπορούμε να χαρτογραφήσουμε την ηθική πορεία των παιδιών. Η ανάλυση που ακολουθεί χωρίζεται σε τρία βασικά στάδια, προσφέροντας τα απαραίτητα εργαλεία για την κατανόηση της συμπεριφοράς τους στο γήπεδο και την τάξη.

3.1 Προσχολική ηλικία (3-5 ετών)

Η κατανόηση και η ανάπτυξη του ήθους στα παιδιά δεν είναι ομοιόμορφη, αλλά εξελίσσεται σταδιακά με βάση την ηλικία και τις γνωστικές δυνατότητές τους. Κάθε αναπτυξιακό στάδιο προσφέρει διαφορετικές δυνατότητες για την κατανόηση των κανόνων, της δικαιοσύνης και της υπευθυνότητας. Στην προσχολική ηλικία, τα παιδιά ακολουθούν κυρίως κανόνες που επιβάλλονται από τους ενήλικες, ενώ στην πρώτη σχολική ηλικία αρχίζουν να κατανοούν την έννοια της συνεργασίας και της πρόθεσης πίσω από τις πράξεις. Μελετώντας το ήθος με βάση τα αναπτυξιακά στάδια, οι

παιδαγωγοί και οι προπονήτριες μπορούν να προσαρμόζουν τις δραστηριότητες και τις παρεμβάσεις τους ώστε να ενισχύουν την ηθική κατανόηση και τη θετική κοινωνική συμπεριφορά των παιδιών.

3.2 Πρώιμη σχολική ηλικία (5–7 ετών)

Σε αυτή τη φάση, το ήθος βασίζεται κυρίως στη μίμηση και στην εξωτερική καθοδήγηση (Piaget, 1965). Το παιδί ακολουθεί κανόνες χωρίς να κατανοεί πλήρως τη σημασία τους. Επομένως, η ηθική αγωγή στον αθλητισμό επικεντρώνεται στη δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος και στη θετική ενίσχυση.

Καθώς το παιδί εισέρχεται στη σχολική ηλικία, αναπτύσσει έννοιες όπως η δικαιοσύνη, η ενσυναίσθηση και η υπευθυνότητα (Kohlberg, 1984). Ο αθλητισμός προσφέρει ευκαιρίες συζήτησης για το δίκαιο παιχνίδι και την αποδοχή της ήττας.

3.3 Μέση παιδική ηλικία (7–8 ετών)

Σε αυτό το στάδιο, το παιδί παρουσιάζει αυξημένη ικανότητα αυτορρύθμισης και κατανόησης προθέσεων, ενώ η έννοια του ήθους αρχίζει να γίνεται εσωτερική στάση ζωής (Shields & Bredemeier, 2007). Ο αθλητισμός λειτουργεί ως πεδίο άσκησης αυτοπειθαρχίας, υπευθυνότητας και αποδοχής διαφορετικότητας.

4. Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση του ήθους στον αθλητισμό

Στην Ορθόδοξη παράδοση, ο άνθρωπος θεωρείται ενιαία ψυχοσωματική οντότητα, όπου η πνευματική καλλιέργεια συνδέεται άμεσα με τη συμπεριφορά και την καθημερινή ζωή (Ware, 1997). Ο αθλητισμός χρησιμοποιείται συχνά ως μεταφορά για τον πνευματικό αγώνα: όπως ο αθλητής προπονείται για να φτάσει σε κορυφαίες επιδόσεις, έτσι και ο άνθρωπος καλείται να καλλιεργεί το ήθος, την υπομονή, την ταπεινοφροσύνη και την αυτοπειθαρχία (Παΐσιος, 2010).

Ο Απόστολος Παύλος χρησιμοποιεί αθλητικές εικόνες για να εξηγήσει την πνευματική πορεία, σημειώνοντας ότι «όλοι όσοι αγωνίζονται στον αγώνα αγωνίζονται σύμφωνα με τους κανόνες» (Α' Κορ. 9:24–27). Αυτή η μεταφορά υπογραμμίζει τη σημασία της συνέπειας, της υπομονής και της τήρησης των κανόνων για την καλλιέργεια της αρετής (Shields & Bredemeier, 2007).

Στην βιωματική εφαρμογή μέσω παραδείγματα των Αγίων, η διδασκαλία του ήθους μπορεί να γίνει βιωματική, συνδέοντας τα παιδιά με παραδείγματα Αγίων που προβάλλουν συγκεκριμένες αξίες. Όπως ο Άγιος Νεκτάριο οποίος τονίζει την πραότητα και την αγάπη προς τον συνάνθρωπο. Στο αθλητικό περιβάλλον, αυτό εφαρμόζεται με δραστηριότητες συνεργασίας, όπου τα παιδιά μαθαίνουν να βοηθούν τους συμπαίκτες τους, να συγχωρούν λάθη και να δείχνουν σεβασμό προς τους αντιπάλους (Παπαγεωργίου, 2015).

Στη συνέχεια ο Άγιος Παΐσιος οποίος, προάγει την ταπείνωση και την εσωτερική καλλιέργεια. Στο παιχνίδι, τα παιδιά ενθαρρύνονται να εκτιμούν τη συμμετοχή και την προσπάθεια, ανεξαρτήτως του αποτελέσματος (Παΐσιος, 2010).

Τέλος και ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος, τονίζει την υπευθυνότητα και την αγάπη προς τον συνάνθρωπο, στοιχεία που μπορούν να εφαρμοστούν μέσω κανόνων fair play και αναγνώρισης των προσπαθειών των άλλων παιδιών (Ware, 1997).

Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες, όπως παιχνίδια συνεργασίας και κύκλους συζήτησης για τα συναισθήματα των συμπαικτών, τα παιδιά εσωτερικεύουν τις αξίες που προβάλλουν οι Άγιοι και εφαρμόζουν το ήθος στην καθημερινή τους αθλητική εμπειρία. Η σύνδεση της Ορθόδοξης θεολογίας με την πρακτική του αθλητισμού επιτρέπει στα παιδιά να βιώσουν την έννοια του ήθους ως πράξη και όχι μόνο θεωρία αλλά κυρίως στην πράξη (Shields & Bredemeier, 2007; Παπαγεωργίου, 2015).

5. Ένταξη και υποστήριξη παιδιών με διαφορετικές ανάγκες στον αθλητισμό.

Είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψιν μας, τα παιδιά με ΔΕΠΥ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής/ Υπερκινητικότητας) συχνά παρερμηνεύονται ως «βίαια» λόγω της υπερκινητικότητας, της παρορμητικότητας και της δυσκολίας συγκέντρωσης που εμφανίζουν. Στην πραγματικότητα, αυτές οι συμπεριφορές δεν αποτελούν επιθετικότητα, αλλά εκδηλώσεις ενέργειας και παρορμητικότητας που χρειάζονται καθοδήγηση (American Psychiatric Association, 2013; Hellison, 2011). Στον αθλητικό χώρο, παιδιά με ΔΕΠΥ μπορεί να σπρώξουν χωρίς πρόθεση ή να παραβούν τη σειρά τους σε παιχνίδια, φαινόμενα που αν δεν τα κατανοήσουμε σωστά, παρερμηνεύονται ως βία (Shields & Bredemeier, 2007).

Η σωστή παιδαγωγική προσέγγιση περιλαμβάνει σαφείς κανόνες, δομημένες δραστηριότητες με καθορισμένο ρόλο, θετική ενίσχυση και συμμετοχή σε ομάδες συνομήλικων, ώστε τα παιδιά να αναπτύξουν συνεργασία, σεβασμό και fair play (Hellison, 2011). Με αυτόν τον τρόπο, η ενέργεια και η παρορμητικότητα των παιδιών με ΔΕΠΥ μετατρέπεται σε θετική συμμετοχή, ενώ ταυτόχρονα καλλιεργείται το ήθος και η κοινωνική τους δεξιότητα (Shields & Bredemeier, 2007).

6. Πρακτικές στρατηγικές καλλιέργειας ήθους με παραδείγματα

Συμπερασματικά, η καλλιέργεια του ήθους στα μικρά παιδιά μέσω της φυσικής αγωγής απαιτεί πρακτικές, καθημερινές παρεμβάσεις από παιδαγωγούς, καθηγητές και προπονητές.

Παρακάτω παρατίθενται συγκεκριμένα παραδείγματα:

1.Δημιουργία ασφαλούς και θετικού περιβάλλοντος: Οργανώνουμε σε κύκλους όπου κάθε παιδί εκφράζει πώς αισθάνεται πριν και μετά το παιχνίδι. Επιβραβεύουμε τα παιδιά που βοηθούν συμμαθητές τους.

2.Σαφείς κανόνες και σταθερότητα: Εισάγουμε απλούς κανόνες «παιχνιδιού συνεργασίας», π.χ. «περνάμε τη μπάλα με σειρά και χωρίς σπρώξιμο», και υπενθυμίζει σταθερά την τήρησή τους.

3.Βιωματική μάθηση: Δημιουργούμε παιχνίδια ρόλων όπου τα παιδιά πρέπει να συνεργαστούν για να πετύχουν στόχο, π.χ. «κατασκευή γέφυρας από σώματα».

4.Χρήση προτύπων: Εμείς οι ίδιοι οι ενήλικες δείχνουμε πρώτοι σεβασμό στους κανόνες, συχαίρουμε κάθε προσπάθεια και μοιράζουμε μικρές επιβραβεύσεις για τη συνεργασία.

5.Συζήτηση και αναστοχασμός: Μετά το παιχνίδι ρωτάμε: «Τι μπορούμε να κάνουμε καλύτερα την επόμενη φορά;», δίνοντας χώρο στα παιδιά να σκεφτούν τις πράξεις τους.

6.1 Ρατσισμός και παιδαγωγική πρόληψη κατά της βίας στον αθλητισμό

Ο ρατσισμός, είτε με βάση το χρώμα, την καταγωγή ή την πολιτισμική προέλευση, αποτελεί σοβαρό παράγοντα κοινωνικής βίας και αποκλεισμού, ακόμα και στον αθλητισμό (Coakley, 2015). Στα μικρά παιδιά, στερεότυπα ή προκαταλήψεις μπορεί να εκφραστούν μέσω αποκλεισμού, κοροϊδίας ή επιθετικών συμπεριφορών απέναντι σε συμμαθητές με διαφορετικά χαρακτηριστικά. Η παιδαγωγική αντιμετώπιση περιλαμβάνει τη δημιουργία ασφαλούς και συμπεριληπτικού περιβάλλοντος, την ενίσχυση της συνεργασίας και της αποδοχής της διαφορετικότητας μέσα από παιχνίδια και ομαδικές δραστηριότητες, καθώς και την ενθάρρυνση θετικών προτύπων συμπεριφοράς από προπονητές, παιδαγωγούς και καθηγητές. (Hellison, 2011).

Μέσα από βιωματικές εμπειρίες, όπως δραστηριότητες συνεργασίας ή συζητήσεις μετά το παιχνίδι, τα παιδιά μαθαίνουν να σέβονται τους άλλους ανεξάρτητα από χρώμα, εθνικότητα ή θρησκευτική καταγωγή, ενώ η έμφαση στο fair play και την ισότητα προλαμβάνει την ανάπτυξη επιθετικών ή αποκλειστικών στάσεων.

Ο όρος **fair play** αναφέρεται στη δίκαιη, ειλικρινή και σεβαστή συμπεριφορά στον αθλητισμό, η οποία περιλαμβάνει την τήρηση των κανόνων, τον σεβασμό προς τους αντιπάλους, την αναγνώριση της προσπάθειας των άλλων και την αποδοχή της νίκης ή της ήττας με αξιοπρέπεια (Shields & Bredemeier, 2007).

Από ορθόδοξη θεολογική σκοπιά, η αγωγή των παιδιών προϋποθέτει την παρουσία προτύπων που συμβάλλουν στη διαμόρφωση του ήθους και της προσωπικότητας. Στην παιδαγωγική πράξη, τα πρότυπα αυτά μπορούν να προέρχονται τόσο από το εκκλησιαστικό βίωμα, μέσω των Αγίων της Εκκλησίας, όσο και από τον σύγχρονο κοινωνικό και αθλητικό χώρο, μέσω αθλητών που προβάλλουν αξίες όπως η προσπάθεια, η αυτοπειθαρχία, ο σεβασμός και η ταπείνωση. Η συνύπαρξη αυτών των προτύπων δεν λειτουργεί ανταγωνιστικά, αλλά συμπληρωματικά, καθώς και στις δύο περιπτώσεις προβάλλονται στάσεις ζωής που προάγουν την ειρηνική συνύπαρξη, την αποφυγή της βίας και την καλλιέργεια του ήθους στον αθλητισμό και την καθημερινή ζωή.

7. Συμπεράσματα

Συνοψίζοντας, ο αθλητισμός μπορεί να λειτουργήσει ως ιδιαίτερα αποτελεσματικό παιδαγωγικό μέσο για την καλλιέργεια του ήθους και την πρόληψη της βίας στην παιδική ηλικία, όταν εντάσσεται σε ένα οργανωμένο παιδαγωγικό πλαίσιο. Η συνειδητή εφαρμογή στρατηγικών από παιδαγωγούς, κατηχητές και προπονητές, όπως η βιωματική μάθηση, η παροχή θετικών προτύπων συμπεριφοράς, η θέσπιση σαφών και σταθερών κανόνων, η συστηματική συζήτηση και η αξιοποίηση παραδειγμάτων από τη ζωή των Αγίων, συμβάλλει ουσιαστικά στη διαμόρφωση κοινωνικά αποδεκτών στάσεων και συμπεριφορών. Μέσα από αυτές τις διαδικασίες, τα παιδιά αναπτύσσουν δεξιότητες συνεργασίας, σεβασμού προς τον άλλον, αυτοπειθαρχίας και υπευθυνότητας, οι οποίες αποτελούν θεμέλια για τη μελλοντική τους στάση απέναντι στον αθλητισμό και την κοινωνική συνύπαρξη.

Μαριάμ Ρουμελιώτη

Κατηχήτρια, Νηπιαγωγός, ΜΑ (ΤΠΕ στην Εκπαίδευση)

3D Animator & Creative Designer

Πολιτικός Μηχανικός

«Μαρτυρίες Νέων: Προτάσεις και Παιδαγωγική Ευαισθησία»

Ακολουθούν κείμενα νέων ανθρώπων, κατηχητών της Ιεράς Μητροπόλεως Πατρών, οι οποίοι, ως τελειόφοιτοι ή απόφοιτοι και με ενεργό εμπλοκή στην κατηχητική δράση, προσεγγίζουν το θέμα μέσα από προσωπική εμπειρία, παιδαγωγική ευαισθησία και πνευματικό προβληματισμό. Τα κείμενα αυτά προσφέρουν μια συμπληρωματική ματιά και εμπλουτίζουν την εισήγηση με πρακτικές προτάσεις και αξιακό πλαίσιο.

1^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

“Προτάσεις για την εξάλειψη της βίας στον αθλητισμό”

Στη σύγχρονη κοινωνία παρατηρούμε μια ανησυχητική κανονικοποίηση της ύβρης και της βίας, με αποτέλεσμα να χάνουμε σταδιακά τις ηθικές αξίες και να απομακρυνόμαστε από την ουσία του αθλητισμού. Ο όρος «φίλαθλος» αλλοιώνεται συνεχώς, καθώς όλο και περισσότεροι πολίτες υιοθετούν τον φανατικό οπαδισμό αντί της υγιούς αγάπης για το άθλημα. Αυτή η πραγματικότητα αποκαλύπτει την άγνοια που έχουμε σχετικά με το τι σημαίνει πραγματικά άθληση και ποια είναι η εκπαιδευτική της διάσταση. Δυστυχώς, διαπιστώνεται έλλειψη αθλητικής παιδείας στους νέους, οι οποίοι θα αποτελέσουν τους αυριανούς αθλητές και φιλάθλους. Ο σημερινός αθλητισμός δεν έχει να κάνει τίποτε με το "ευ αγωνίζεσθαι". Είναι γεμάτος μίσος, ζήλια, καυχησιολογία, άγνοια όλων των κανόνων και σαδιστική ευχαρίστηση στην παρακολούθηση βίας. Με άλλα λόγια, είναι πόλεμος χωρίς πυροβολισμούς.”

•Τζωρτζ Όργουελ (George Orwell)• Για αυτό κρίνεται αναγκαίο οι μεγαλύτεροι και οι αρμόδιοι φορείς να αναλάβουν πρωτοβουλίες ενημέρωσης και διαπαιδαγώγησης, ώστε να γίνει κατανοητή η αξία του σεβασμού μεταξύ των ανθρώπων και να θεωρείται αυτονόητη στάση ζωής .

Το πρόβλημα αυτό δεν είναι τυχαίο, αλλά πηγάζει από τη γενικότερη έλλειψη παιδείας που ξεκινά από την παιδική ηλικία και επηρεάζει τη νεανική, εφηβική και μετέπειτα ενήλικη ζωή. Κατά τη γνώμη μου, είναι απαραίτητο να επανεξετάσουμε και να υπενθυμίσουμε τι είναι στην πραγματικότητα ο αθλητισμός. Δηλαδή, πρόκειται για τη συστηματική σωματική καλλιέργεια και δράση που πραγματοποιείται με συγκεκριμένη μεθοδολογία και παιδαγωγική προσέγγιση, με σκοπό την ανάπτυξη των σωματικών ικανοτήτων και την επίτευξη υψηλών επιδόσεων στους αθλητικούς αγώνες, μέσα στο ευρύτερο αθλητικό και κοινωνικό πλαίσιο. Πέρα όμως από τη σωματική διάσταση, ο αθλητισμός αποτελεί και σημαντικό κοινωνικό θεσμό, ο οποίος

αντικατοπτρίζει το επίπεδο πολιτισμού και τις αξίες κάθε κοινωνίας. Είναι ο χώρος της ευγενούς άμιλλας, όπου ο αθλητής γυμνάζει όχι μόνο το σώμα, αλλά και το πνεύμα του, καλλιεργώντας δεξιότητες, πειθαρχία και συνεργασία σε διάφορα αθλήματα. Ο αθλητισμός δεν έχει καμία σχέση με την τυφλή βία, την εγκληματικότητα ή την παραβατική συμπεριφορά· αντιθέτως, διέπεται από κανόνες που θέτει το ίδιο το κοινωνικό σύνολο. Γι' αυτό είναι οξύμωρο να κυριαρχεί φανατισμός σε έναν χώρο που θα έπρεπε να προάγει την ανεκτικότητα, τον σεβασμό και την ευγενή άμιλλα. Πώς όμως πραγματικά μπορούμε να μιλάμε στους νέους για σεβασμό στον χώρο του αθλητισμού όταν από τους ίδιους τους ανθρώπους του αθλητικού χώρου βλέπουν ακριβώς το αντίθετο; Όταν δίνονται λανθασμένα πρότυπα; Με προπονητές να μιλούν άσχημα και με προσβολές σε αντίπαλους αθλητές ή ακόμη και σε δικούς τους εκπαιδευόμενους; Χρειάζεται λοιπόν να αναφερθούμε σε γονείς, εκπαιδευτές, προπονητές και γενικά σε αρμόδιους για την διαπαιδαγώγηση των νέων, όπου είναι το ζωντανό παράδειγμα.

Συχνά οι μέθοδοι και οι τρόποι για να καταπολεμηθεί αυτή η κουλτούρα στον αθλητισμό είναι τα αυστηρά και αμερόληπτα μέτρα με σοβαρές συνέπειες. Ας προσεγγίσουμε, ωστόσο, το ζήτημα της αθλητικής βίας από μια διαφορετική οπτική. Αξίζει να επιχειρήσουμε έναν εναλλακτικό τρόπο αντιμετώπισης αυτού του φαινομένου, οποίος να εστιάζει όχι μόνο στην καταστολή της βίας, αλλά και στην πρόληψή της μέσω της παιδείας.

Πιθανόν θα ήταν ιδιαίτερα ωφέλιμο να επενδύσουμε ουσιαστικά στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών σε ολιστικό επίπεδο, καλλιεργώντας αξίες όπως ο σεβασμός, η αγάπη, η ταπείνωση και η συγχώρεση. Σε αυτό το πλαίσιο, αξίζει να αναλογιστούμε πώς θα διαμορφωνόταν η κοινωνία μας αν οι νέοι μεγάλωναν με κέντρο της ζωής τους τον Χριστό και τις διδασκαλίες της Αγίας Γραφής, οι οποίες προάγουν την αγάπη και την ειρηνική συνύπαρξη. Συχνά επικρατεί η αντίληψη ότι η Εκκλησία δεν συνδέεται με τον αθλητισμό ή ότι ο αθλητισμός δεν μπορεί να συνυπάρξει στη ζωή ενός Ορθόδοξου Χριστιανού. Ωστόσο, αυτή η άποψη αποδεικνύεται εσφαλμένη, καθώς πολλοί Άγιοι, όπως ο Μέγας Βασίλειος ο Άγιος Νεκτάριος και ο Άγιος Ιωάννης Χρυσόστομος, έχουν αναγνωρίσει και αναδείξει την αξία της σωματικής άσκησης σε συνδυασμό με την πνευματική. Επομένως, θα ήταν ιδιαίτερα σημαντικό, στο πλαίσιο της αθλητικής παιδείας που τόσο συχνά θεωρούμε ότι λείπει από τους νέους, να ενσωματωθούν και διδαχές Αγίων, όπως αυτές του Αγίου Νεκταρίου, οι οποίες μπορούν να συμβάλουν στη διαμόρφωση ηθικά υπεύθυνων και ειρηνικών αθλητών και φιλάθλων με σκοπό να μην χρειάζεται η

αντιμετώπιση βίας, καθώς δεν θα υπάρχει. Στην αρχή του κειμένου του ο άγιος Νεκτάριος προτάσσει τον λόγο του Αριστοτέλους, σύμφωνα με τον οποίο «Τα τε υπερβάλλοντα γυμνάσια και τα ελλείποντα φθείρει την ψυχήν σώζεται δε η σωφροσύνη υπό της μεσότητος». Με την πρόταση αυτού του αριστοτελικού λόγου γίνεται φανερό ότι ο άγιος Νεκτάριος είναι υπέρ του μέτρου, γιατί κάθε υπερβολή δημιουργεί προβλήματα στην ψυχή του ανθρώπου, ενώ η μεσότητα είναι εκείνη που σώζει την σωφροσύνη. Αυτό, βέβαια, όπως θα δούμε στην συνέχεια, σημαίνει ότι ο άγιος Νεκτάριος δέχεται την γυμναστική και την άθληση του σώματος, αρκεί να τηρούνται οι προϋποθέσεις της μεσότητος.

Ο άγιος Νεκτάριος αρχίζοντας την ανάλυση του θέματός του με βάση το αριστοτελικό αυτό χωρίο, το οποίο ονομάζει «σοφόν απόφθεγμα», θεωρεί ότι η σύμμετρη σωματική γυμνασία, θεωρήθηκε από όλους ως ο αληθινός χαρακτήρας κάθε τελείας παιδείσεως. Γράφει: «η σύμμετρος σωματική γυμνασία εθεωρήθη απ' αιώνων υπό πάντων των πεπολιτισμένων εθνών ως αναγκαία άσκησις και αναπόσπαστος ακόλουθος, και σύντροφος παντός ελευθέρου και εύ ηγμένου πολίτου, και της τελείας παιδείσεως ο αληθής χαρακτήρ». Στην συνέχεια προχωρεί για να τεκμηριώσει την άποψη αυτή, με το σημαντικό επιχείρημα ότι υπάρχει στενός σύνδεσμος μεταξύ ψυχής και σώματος και κατά συνέπεια υπάρχει αλληλεπίδραση των δύο αυτών στοιχείων του ανθρώπου. Κάθε τί που συμβαίνει στο σώμα του ανθρώπου ανταποκρίνεται στο ενιαίο πρόσωπο και το ίδιο συμβαίνει και στον ψυχικό κόσμο του ανθρώπου. Όταν το σώμα πάσχει, ο άνθρωπος λέγει ότι «εγώ πάσχω». Το ίδιο, βέβαια, συμβαίνει και με το πάθος της ψυχής «διά το ενιαίον πρόσωπον». Επομένως και τα δύο στοιχεία ασθενούν και τα δύο υγιαίνουν με την αλληλοεπίδραση του ενός επί του άλλου. Οπότε «ο άνθρωπος οφείλει να προνοήση υπέρ της ενισχύσεως αμφοτέρων». Το συμπέρασμα δε αυτού του σημείου, κατά τον άγιο Νεκτάριο είναι ότι «η άσκησις και η γυμνασία του τε σώματος και του πνεύματος, παντί εύ ειδότι τα περί αυτόν, εισί συμφυή καθήκοντα, επιβαλλόμενα αυτώ υπό της ιδίας φύσεως και του προορισμού του διότι το μεν σώμα ευεκτούν υπηρετεί τη ψυχή προθύμως και αόκνως, η δε ψυχή, ανεπτυγμένης έχουσα τας εαυτής δυνάμεις, σωφρονεί και υγιαίνει και τας του σώματος δυνάμεις σωφρόνως χειρίζεται». Κατά τον άγιο Νεκτάριο όχι μόνον η ψυχική υγεία του ανθρώπου βοηθά το σώμα, αλλά και η σωματική υγεία του ανθρώπου βοηθά στην υγεία της ψυχής.

Ο Άγιος Νεκτάριος, δεν παραλείπει να αναλύσει τα οφέλη από την συνάθληση των νέων σε αγώνες: «Ο Γυμναστικός Σύλλογος προτίθεται διά της συνεχούς ομιλίας των εταίρων να συσφίγξη τους δεσμούς της φιλίας, να αδελφοποιήση την νεολαίαν, να

διασκεδάση τας ταπεινάς αντιπαθείας και αντιζηλίας, να αποσπάση αυτήν των ματαίων και ανωφελών ασχολιών...ανάπτυξη την συγγενή άμιλλαν, αυξήση την φιλοτιμίαν, απομακρύνη την αργίαν, την γενέτειραν της ακηδίας, της χαυνότητος, της αμελείας και πάσης κακίας και παρασκευάση άνδρας κρατερούς προς υπεράσπισιν των δικαίων της πατρίδος».

Σε πιο πρακτικό επίπεδο, θα μπορούσαν να δοκιμαστούν διαφορετικές προσεγγίσεις ανάλογα με την ηλικία των παιδιών. Στα πρώτα παιδικά χρόνια, είναι σημαντικό οι γονείς να γνωρίζουν και να επιλέγουν προσεκτικά ποιοι αναλαμβάνουν την αθλητική διαπαιδαγώγηση των παιδιών τους.

Παράλληλα, όλοι οι εμπλεκόμενοι φορείς – σχολείο, αθλητικοί σύλλογοι, κοινότητα – θα μπορούσαν να προσφέρουν κατάλληλα εφόδια μέσα από βιωματικές δραστηριότητες και παιχνίδια με απλά και ξεκάθαρα μηνύματα .Μέσα από αυτά τα παιχνίδια, τα παιδιά μπορούν να μάθουν ότι η νίκη δεν είναι το μοναδικό ζητούμενο, αλλά ότι αξία έχει και η προσπάθεια, η χαρά για την επιτυχία του άλλου, η συνεργασία και η αλληλεγγύη. Να μαθαίνουν να χαίρονται όταν ένας συμμαθητής ή συναθλητής τους πετυχαίνει κάτι, αντί να αισθάνονται φθόνο ή ανταγωνισμό.

Σε μεγαλύτερες ηλικίες, θα ήταν ωφέλιμο να συνδυάζεται το παιχνίδι με ουσιαστική συζήτηση. Μέσα από διάλογο και δημιουργικές δραστηριότητες, τα παιδιά να αναστοχάζονται πάνω σε βασικές αξίες όπως ο σεβασμός, η δικαιοσύνη και η υπευθυνότητα, οι οποίες χρειάζεται να υπενθυμίζονται διαρκώς. Εξίσου σημαντικό είναι οι συζητήσεις αυτές να γίνονται από πρόσωπα που αποτελούν θετικά πρότυπα για τα παιδιά – ανθρώπους που εμπιστεύονται, θαυμάζουν και είναι πρόθυμοι να τους ακούσουν με ειλικρίνεια. Όταν τα μηνύματα προέρχονται από άτομα με ήθος και ουσιαστική παρουσία, έχουν πολύ μεγαλύτερη απήχηση.

Κορδού Ελευθερία

Σπουδάστρια Σ.Α.Ε.Κ. (Επίπεδο 5) Ειδικότητα: Τεχνικός Φαρμάκων, Καλλυντικών και Παρεμφερών Προϊόντων – κατηχήτρια

2^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

ΣΚΕΨΕΙΣ ΠΑΝΩ ΣΤΗΝ ΟΠΑΔΙΚΗ ΚΑΙ ΛΕΚΤΙΚΗ ΒΙΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

Η οπαδική βία στην Ελλάδα αποτελεί ένα φλέγον ζήτημα το οποίο δείχνει να αυξάνεται αντί να μειώνεται διαχρονικά. Από μικρά παιδιά θυμόμαστε τους εαυτούς μας να βλέπουμε αγώνες ποδοσφαίρου ή μπάσκετ και να ακούμε συνθήματα από τους οπαδούς κάθε ομάδας. Το αποτέλεσμα του αγώνα πολλές φορές ήταν και αντικείμενο συζήτησης στο σχολείο την επόμενη μέρα και οδηγούσε σε συγκρούσεις

μεταξύ συμμαθητών. Και θα αναρωτηθεί κανείς: Τόσο κακό είναι να υποστηρίζουν τα παιδιά αθλητικές ομάδες; Ας δούμε λίγο αναλυτικότερα το θέμα. Αρχικά, δεν είναι κακό να υποστηρίζει κάποιο παιδί μια ομάδα. Πολλές φορές οι ίδιοι οι γονείς μεταδίδουν την επιλογή της ομάδας στα παιδιά τους και είναι κάτι πολύ όμορφο καθώς έτσι μεταδίδεται η αθλητική συνείδηση και παράδοση στο παιδί. Όμως για να μπορέσει το παιδί να έχει αθλητική συνείδηση θα πρέπει από μικρή ηλικία να έχει στο μυαλό και στην καρδιά του τον αθλητισμό ως «γιορτή», ως έναν χώρο ευγένειας, αμοιβαίου σεβασμού και αλληλοπερικώρησης. Όταν η προσέγγιση του αθλητισμού γίνεται με αυτές τις αξίες τότε μεγαλώνοντας μπορεί να διακρίνει την υγιή αγάπη για τις ομάδες και τον αθλητισμό από τον φανατισμό.

Ως Κατηχητής θα πρότεινα τα εξής: Πρώτα από όλα σαν κατηχητές είναι καλό να προτρέπουμε τα παιδιά να αθλούνται και να συναγωνίζονται μέσα από παιχνίδια του κατηχητικού. Στις ηλικίες του Νηπίου όπου τα παιδιά είναι μικρά ένα ωραίο παιχνίδι το οποίο επάγει την ομαδικότητα και την συνεργατικότητα είναι η σκυταλοδρομία. Τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, εμψυχώνουν τους πιο αδύναμους ενώ ταυτόχρονα «δένονται» με την ομάδα τους και παλεύουν για αυτήν. Στο τέλος υπάρχει μια ομάδα η οποία είναι η Νικήτρια. Λογικό είναι η ομάδα που δεν νίκησε να στενοχωρηθεί, όμως σαν κατηχητές θα επιβραβεύσουμε και τις δύο ομάδες για να δείξουμε στα παιδιά ότι σημασία δεν έχει το τελικό αποτέλεσμα αλλά η προσπάθεια και το ομαδικό πνεύμα.

Πολλοί κατηχητές ίσως θέλουν να αποφύγουν την γκρίνια της ομάδας που χάνει και βγάζουν το αποτέλεσμα σκοπίμως ισοπαλία αλλά πιστεύω ότι με αυτόν τον τρόπο δεν βοηθούν τα παιδιά να εξοικειωθούν με την ήττα που υπάρχει μέσα στα φυσιολογικά πλαίσια του αθλητισμού. Τα αγόρια και τα κορίτσια των τάξεων Δημοτικού κατανοούν περισσότερα πράγματα και έτσι θα τους μιλάγα για το Ολυμπιακό ιδεώδες. Ο Ολυμπισμός έχει μέσα του αξίες οι οποίες είναι πρότυπο για κάθε αθλητή ή τουλάχιστον θα έπρεπε να είναι. Η ευγενής άμυλα και το ευ αγωνίζεσθαι είναι δυο έννοιες οι οποίες θα έπρεπε να διδάσκονται από τα σχολεία στα παιδιά όλων των σχολικών βαθμίδων. Είναι ζωτικής σημασίας να καταλάβουν τα παιδιά πως στον αθλητισμό δεν υπάρχουν στην πραγματικότητα νικητές και χαμένοι αλλά μόνο νικητές!

Νικητής είναι κάθε αθλητής ο οποίος αγωνίζεται να γίνει καλύτερος από ό,τι ήταν πριν. Νικητής είναι κάθε αθλητής ο οποίος δέχεται την ήττα του ως μάθημα για να βελτιωθεί και να εξελιχθεί. Τέλος, Νικητές είναι όλοι οι γονείς που πάνε στο γήπεδο με τα παιδιά τους και απολαμβάνουν τον αθλητισμό που λειτουργεί και ως

αποσυμφόρηση από τα άγχη της καθημερινότητας. Ο Αθλητισμός δεν προσφέρει μόνο θέαμα στα μάτια ενός παιδιού... προσφέρει ένα όραμα, μια ελπίδα πως και αυτό το ίδιο όταν μεγαλώσει θα αγωνιστεί και τίμια θα διακριθεί για να φέρει χαρά και συγκίνηση στην οικογένειά του και στην χώρα του. Επιπρόσθετα, όπως προαναφέρθηκε ένα μεγάλο κεφάλαιο αποτελεί ο φανατισμός. Σε όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου, αυτός ο παράγοντας είναι καταστρεπτικός και εγκλωβίζει τον νου του. Έτσι, στα παιδιά Γυμνασίου και Λυκείου θα έκανα μια συζήτηση πάνω στο ζήτημα αυτό. Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουν πως υπάρχουν κάποια αίτια για τον φανατισμό νέων παιδιών.

Ένα πολύ σημαντικό αίτιο είναι η κοινωνική αποδοχή. Πολλά παιδιά για να μπορέσουν να μπουν σε μια παρέα πρέπει να υποστηρίζουν μια συγκεκριμένη ομάδα αλλιώς δεν θα είναι αρεστοί στο σχολείο. Αυτό που θα έλεγα στα παιδιά είναι να διατηρήσουν το χαρακτήρα τους και να μην κάνουν εκπώσεις στις ηθικές τους αξίες μόνο και μόνο για να αρέσουν στο σύνολο, αλλά να μάθουν να οριοθετούν στις παρέες τους κάποια πράγματα ώστε να υπάρχει αμοιβαίος σεβασμός.

Επίσης θα τους έλεγα να μην κρίνουν τον άλλον άνθρωπο από το ποια ομάδα υποστηρίζει καθώς αυτό είναι μεροληπτικό και δεν αντιπροσωπεύει τον πραγματικό χαρακτήρα κάθε ανθρώπου. Ένα άλλο "αθώο" αίτιο είναι και τα συνθήματα που βγάζουν οι φανατισμένοι οπαδοί των ομάδων. Αυτά τα συνθήματα εμπεριέχουν ύβρεις, αισχρές εκφράσεις και μίσος που υποσυνείδητα περνούν στο μυαλό και στην ψυχή ενός παιδιού που τα ακούει και εν συνεχεία τα λέει. Σκοπός αυτών των συνθημάτων είναι να φανατίζουν τα παιδιά και όχι να υποστηρίζουν την ομάδα τους στο να κερδίσει. Στα παιδιά λοιπόν θα έβαζα ως ασχολία να γράψουν συνθήματα που υποστηρίζουν τις ομάδες χωρίς απρεπή εκφορά λόγου και το καλύτερο σύνθημα θα είχε ένα έπαθλο.

Τέλος, είναι ευρέως γνωστό πως η οπαδική βία δεν περιορίζεται μόνο σε ομάδες ίδιας εθνικότητας αλλά και σε ομάδες διαφορετικών χωρών και διαφορετικών θρησκευτικών πεποιθήσεων. Ένα τέτοιο φαινόμενο βίας σημειώθηκε και στο Eurobasket 2025 όπου παίχτης της τουρκικής ομάδας μπάσκετ προσέβαλε την ελληνική εθνική ομάδα αλλά και όλους τους Έλληνες της Μικράς Ασίας και του Πόντου. Όταν στον χώρο του αθλητισμού εμπλέκονται πολιτικά ή οικονομικά συμφέροντα τότε παύει να είναι αθλητισμός. Ας θυμηθούμε λίγο τι γινόταν στην αρχαιότητα κατά την διεξαγωγή των Ολυμπιακών Αγώνων. Όλα τα έθνη που βρισκόντουσαν σε πολεμικές διαμάχες έκαναν εκχειρία, δηλαδή ανακωχή για να μπορέσουν να παρευρεθούν στην Ολυμπία για τους αγώνες. Τόσο μεγάλη αξία είχε ο

αθλητισμός στην Αρχαιότητα! Ας παραδειγματιστούμε από αυτό το γεγονός της εκεχειρίας και ας αφήσουμε τον χώρο του αθλητισμού ανεπηρέαστο από πολιτικές, οικονομικές και πολεμικές διαμάχες.

Εν κατακλείδι, για να μπορέσουμε να πηγαίνουμε στο γήπεδο χωρίς να κινδυνεύουμε από φανατικές ενέργειες και επεισόδια χρειάζεται αρκετή δουλειά. Αν φυτευτεί ο σπόρος της ορθόδοξης κατήχησης σε συνδυασμό με την υγιή αθλητική συνείδηση στις καρδιές των παιδιών τότε πιστεύω πως στο κοντινό μέλλον θα απολαύσουμε ξανά με ασφάλεια τα αθλητικά δρώμενα της χώρας μας.

Διονύσιος Σπανόπουλος

Καθηγητής, Προπτυχιακός Φοιτητής Μοριακής Βιολογίας και Γενετικής
Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης και Αντιπρόεδρος του Αθλητικού Ομίλου
Αχαΐας «Η ΓΑΛΗΝΗ»

3° ΚΕΙΜΕΝΟ

Αθλητισμός και ήθος: Μια σχέση σε κρίση;

Ο αθλητισμός στην ζωή του ανθρώπου αποτελεί ένα πολύ βασικό μέρος. Διαθέτει πολλά οφέλη σωματικά αλλά και ψυχικά. Θα μπορούσαμε να πούμε πως ιδανικά διαθέτει και έναν παιδαγωγικό ρόλο καθώς προάγει την συνεργασία, τον σεβασμό και την αλληλεγγύη. Μέσα από τον αθλητισμό ο νέος ή η νέα διδάσκεται την τιμιότητα, την νίκη αλλά και την αποτυχία. Αλήθεια, πόσο σημαντική είναι και η αποτυχία στην ζωή μας; Στον σημερινό κοινωνικό ιστό, σε μία εποχή όπου τα όρια ανάμεσα στην βία και τον σεβασμό πολύ συχνά συγχέονται, ο αθλητισμός δοκιμάζεται. Σταδιακά 'χάνει' τον παιδαγωγικό του χαρακτήρα και τα αθλητικά στάδια μετατρέπονται ολοένα περισσότερο σε στάδια μάχης.

Η βία στα γήπεδα εκδηλώνεται με ποικίλους τρόπους: Οι έντονες συγκρούσεις, οι λεκτικοί καυγάδες, τα υβριστικά σχόλια αλλά και συνθήματα ενάντια των αθλητών και των ομάδων, οι σοβαροί τραυματισμοί ανθρώπων αλλά και οι πολλές φθορές δημόσιας ή και ιδιωτικής περιουσίας είναι τα συχνά φαινόμενα που αντιμετωπίζει κανείς σε έναν αγώνα. Οι αιτίες αυτού του σοβαρού κοινωνικού προβλήματος είναι πολλές. Αρχικά, ξεκινώντας από τους νέους και τα παιδιά, εκλείπουν βασικές αξίες όπου αυτές πηγάζουν κυρίως από την οικογένεια. Τα παιδιά μη έχοντας ένα σωστό πρότυπο όπου θα τα καθοδηγεί και θα τα νουθετεί σωστά αλλά έχοντας μία οικογένεια όπου η βία, είτε λεκτική είτε σωματική, είναι ένα καθημερινό φαινόμενο, μαθαίνει πως αυτή είναι αποδεκτή σε κάθε άλλο μέρος. Όταν λείπει ο διάλογος και δεν καλλιεργείται σε αυτά, όπου είναι το μέλλον την κοινωνίας μας, η εν συναίσθηση

και ο σεβασμός προς τον συνάνθρωπο τότε τα φαινόμενα αυτά είναι αναπόφευκτα. Όταν εκλείπει ο διάλογος από την οικογένεια, ένα παιδί διαθέτει δυσκολία στο να εκφράσει τις σκέψεις και τα συναισθήματα του. Δεν διαχειρίζεται τον θυμό, την ήττα στο παιχνίδι, την θλίψη. Συνεπώς, όλα αυτά έχουν αντίκτυπο στην κοινωνία μας και στο φαινόμενο αυτό που μαστίζει την κοινωνίας μας εδώ και πολλά χρόνια. Αναμφίβολα το πρόβλημα αυτό οφείλεται και στην ανεπαρκή, αν όχι μηδαμινή, αγωγή των αξιών στο σχολείο. Από την νηπιακή κιόλας ηλικία, όπου εκεί διαμορφώνεται ο χαρακτήρας των παιδιών, πρέπει να διδάσκονται οι έννοιες ΣΕΒΑΣΜΟΣ, ΑΓΑΠΗ, ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ, ΣΥΜΠΟΝΙΑ, ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ, ΧΑΡΑ , ΠΑΙΧΝΙΔΙ.

Τα παιδιά δεν διδάσκονται την ευγενή άμιλλα, το πως να τηρούν σωστά τους κανόνες που μπορεί να έχει έστω και ένα απλό παιχνίδι, την πειθαρχία. Δεν μαθαίνουν πως να διαχειρίζονται την ήττα και την στεναχώρια που τους προκαλεί. Κάτι εξίσου πολύ σημαντικό είναι πως τα παιδιά δεν μαθαίνουν την αξία του αθλητισμού και το πόσο σημαντικό ρόλο έχει στην ζωή του ανθρώπου και τι του προσφέρει. Τέλος, ένα ακόμη πολύ σημαντικό αίτιο όπου τονίζει και διογκώνει το πρόβλημα της βίας στον χώρο του αθλητισμού είναι η έλλειψη του ήθους από το άτομο. ΗΘΟΣ είναι ένα σύνολο αξιών και ηθικών αρχών όπου διαμορφώνει την συμπεριφορά ενός ατόμου. Κατά τον φιλόσοφο Αριστοτέλη το ήθος είναι μέτρο της σωστής συμπεριφοράς, το οποίο αντιστοιχεί στην αρετή. Η διαστροφή του ήθους αντίστοιχα έχει αρνητικές εκφάνσεις στον άνθρωπο όπως θηριωδία, κακία, έλλειψη σεβασμού.

Φυσικά όμως, σε όλα τα προβλήματα υπάρχουν και τρόποι αντιμετώπισης. Αρχικά, το σοβαρό αυτό πρόβλημα της βίας στον χώρο του αθλητισμού, θα αρχίσει να διορθώνεται όταν ο ίδιος ο γονιός αλλάξει και διορθωθεί απέναντι στην οικογένεια του. Όταν μάθει να διαχειρίζεται την ήττα της «αγαπημένης του ομάδας». Να μην αποτελεί ο αθλητισμός έναυσμα να ξεσπάσει την πίεση, το άγχος της καθημερινότητας ή και άλλων προβλημάτων του εκεί αλλά να είναι για εκείνον ένα μέσο ψυχαγωγίας και ευημερίας. Ακόμα και να ωθήσουν τα παιδιά τους στο να αθλούνται και να συμμετέχουν σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες αφού προσφέρει πολλά οφέλη όπως σωματική ευεξία, φιλία, συνεργασία, ομαδικότητα, ευγενή άμιλλα, χαρά και πολλά άλλα. Να καλλιεργηθεί ο διάλογος και ο σεβασμός. Να γίνουν οι γονείς ένα υγιές πρότυπο για τα παιδιά τους. Ακόμα, το σχολείο να ασχοληθεί και να διδάξει τον υγιή αθλητισμό και τα οφέλη του. Να στιγματίσει το φαινόμενο της βίας και να τονίσει τα οφέλη του υγιή αθλητισμού στην ζωή μας μέσω δραστηριοτήτων, δράσεων και προγραμμάτων. Ένας ακόμα παράγοντας που θα

βοηθήσει στην εξάλειψη του κοινωνικού αυτού φαινομένου είναι το κατηχητικό σχολείο.

Η κοινωνία μας θα ήταν ομορφότερη και πιο λαμπερή αν είχαμε όλοι οι άνθρωποι ως πρότυπο μας Τον Ιησού Χριστού αφού Εκείνος είναι η Αγάπη. Ο ίδιος ο Χριστός, μας διδάσκει την αγάπη, τον σεβασμό και πολλές αρετές όπου ένας άνθρωπος πρέπει να έχει στην ζωή του. Μέσα από το κατηχητικό σχολείο τα παιδιά μαθαίνουν Τον Ιησού Χριστό, την Παναγία και του Αγίους μας. Μαθαίνουν την αληθινή αγάπη, την ελευθερία κοντά στον Χριστό, την ανιδιοτέλεια, το όμορφο παιχνίδι, την φιλία, την προσφορά, την ομαδικότητα. Βιώνουν την αληθινή χαρά. Συνεπώς όταν ακόμα και από την νηπιακή ηλικία, μάθεις να αγαπάς σε όποιο περιβάλλον κι αν βρεθείς δεν θα ξεχάσεις ποτέ τις αρχές, το ήθος σου και τον σεβασμό προς τον συνάνθρωπό σου.

Το κατηχητικό σχολείο συνεπώς προσφέρει μια σωστή και υγιής διαπαιδαγώγηση. Τέλος, η Αγία Του Θεού Γερóντισσα Γαβριηλία λέει «Ο Θεός όταν μας έκανε, μάς έδωσε την Ζωή και μας εμφύσησε το Πνεύμα Του. Αυτό το Πνεύμα είναι η Αγάπη. Όταν μάς εγκαταλείψει η αγάπη, τότε γινόμαστε πτώματα. Είμαστε νεκροί πιά.» Συνοψίζοντας, το ήθος, ο χαρακτήρας μας και ο τρόπος που αντιδρούμε στις διάφορες καταστάσεις της ζωής έχει αντίκτυπο όχι μόνο στην προσωπική και ιδιωτική μας ζωή αλλά και στο ευρύ κοινωνικό σύνολο.

Άρα λοιπόν, αν δεν αλλάξουμε οι ίδιοι τον κακό μας εαυτό, πώς περιμένουμε να εξαλειφθεί η βία όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά και στην καθημερινότητα μας;

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΛΕΚΚΑ

ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ, ΚΑΤΗΧΗΤΡΙΑ

4^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

Αντιμετώπιση της οπαδικής βίας στα γήπεδα

Η οπαδική βία, γνωστή και ως «χουλιγκανισμός», είναι η εμφάνιση επιθετικών και βίαιων συμπεριφορών από φιλάθλους αθλητικών ομάδων, οι οποίες εκδηλώνονται είτε κατά τη διάρκεια ενός αγώνα, είτε με αφορμή αθλητικές διοργανώσεις. Οι συμπεριφορές αυτές ποικίλλουν και μπορεί να περιλαμβάνουν προσβλητικά συνθήματα και βρισιές στις κερκίδες, ρατσιστικές ή λεκτικές επιθέσεις, καταστροφές και βιαιοπραγίες σε αθλητικούς χώρους, εισβολή φιλάθλων στον αγωνιστικό χώρο με στόχο τη δημιουργία επεισοδίων, καθώς και συγκρούσεις μεταξύ οπαδών αντίπαλων ομάδων ή και με τις αστυνομικές δυνάμεις, τόσο εντός όσο και εκτός γηπέδων.

Η αφορμή για τέτοιου είδους φαινόμενα μπορεί να σχετίζεται με το αγωνιστικό αποτέλεσμα της ομάδας που υποστηρίζουν οι οπαδοί, με αποφάσεις της διοίκησης (όπως μια μεταγραφή), με κρατικές παρεμβάσεις που αφορούν την ομάδα (για παράδειγμα η τιμωρία ενός συλλόγου με διεξαγωγή αγώνα κλεισμένων των θυρών), αλλά και με γεγονότα που δεν έχουν άμεση σχέση με τον αθλητισμό. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μάλιστα, έχει παρατηρηθεί σύνδεση του κουλιγκανισμού με ακραίες πολιτικές ιδεολογίες. Σε κράτη όπου η αστυνόμευση και οι έλεγχοι κατά την είσοδο στα γήπεδα είναι ιδιαίτερα αυστηροί, τα επεισόδια μεταφέρονται συνήθως εκτός αθλητικών εγκαταστάσεων, σε προκαθορισμένους χώρους με περιορισμένη ή ανύπαρκτη αστυνομική παρουσία. Αντίθετα, σε χώρες με πιο χαλαρά μέτρα ασφαλείας, τα φαινόμενα βίας εκδηλώνονται συχνά μέσα στα γήπεδα και σε ορισμένες περιπτώσεις ακόμη και στον αγωνιστικό χώρο. Μια αθλητική ομάδα μπορεί να συγκεντρώνει γύρω της χιλιάδες ή και εκατομμύρια φιλάθλους. Όταν ένα άτομο που νιώθει μόνο ή ανασφαλές ενταχθεί σε μια τόσο μεγάλη ομάδα, συχνά αποκτά λανθασμένες αντιλήψεις. Αρχικά, αισθάνεται πως έχει δύναμη και «προστασία», επειδή δρα μαζί με πολλούς άλλους. Επιπλέον, πιστεύει ότι δύσκολα θα τιμωρηθεί για τις πράξεις του, καθώς χάνεται μέσα στο πλήθος. Τέλος, θεωρεί πως για να αποδείξει την πίστη και την αφοσίωσή του στην ομάδα πρέπει να επιδεικνύει ακραίες ή ακόμη και βίαιες συμπεριφορές.

ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΒΙΑΣ

Αρχικά η οικογένεια πρέπει να μάθει στο παιδί από μικρή ηλικία το << ευ αγωνίζεσθαι>>. Πηγαίνοντας όλη η οικογένεια μαζί στο γήπεδο δείχνοντας του την σωστή συμπεριφορά που πρέπει να έχει ένας φίλαθλος, το παιδί από μικρό θα λάβει τις σωστές αξίες. Δεύτερον πιστεύω ότι το παιδί καλό θα είναι να γραφτεί σε κάποιο άθλημα και έτσι θα μάθει την πειθαρχία και την σωστή συμπεριφορά που πρέπει να έχει τόσο εντός όσο και εκτός γηπέδου. Μέσω των υποδείξεων των προπονητών του, που συνήθως τα παιδιά τους θαυμάζουν και τους έχουν σαν πρότυπο θα λάβουν τα σωστά ερεθίσματα στο πως πρέπει να συμπεριφέρονται όταν χάνει η αγαπημένη τους ομάδα.

Η καλή συνεργασία προπονητή και γονέα θα φέρει άριστα αποτελέσματα. Επιπλέον θα μπορούσαν οι γονείς του, να του δείξουν κάποιους αθλητές ώστε να τους έχει ως πρότυπο. Αθλητές τους οποίους δεν έχουν μόνο διακρίσεις στο άθλημα τους, αλλά πάνω από όλα είναι καλοί χριστιανοί και καλοί άνθρωποι. Το σχολείο θα μπορούσε να βοηθήσει τα παιδιά με το μάθημα της γυμναστικής να μην αρκείται τα παιδιά να μαθαίνουν μόνο αθλήματα, αλλά να τους εμψυχήσει το ολυμπιακό ιδεώδες.

Επιπρόσθετα, μέσω αναπαραστάσεων αγώνων την ώρα της γυμναστικής να τους δείξει σωστές συμπεριφορές φιλάθλων. Πώς πρέπει να συμπεριφερόμαστε όταν χάνουμε, διότι δυστυχώς τα παιδιά σήμερα δεν έχουν μάθει να χάνουν αλλά μόνο να κερδίζουν. Οι ομάδες μπορούν επίσης να λάβουν μέτρα για την εξάλειψη της οπαδικής βίας.

Για παράδειγμα, έχει ληφθεί το εξής μέτρο από μεγάλη ομάδα ποδοσφαίρου, το οποίο έχει συμβάλει σημαντικά στη μείωση της βίας στα γήπεδα (2003 Μπαρτσελόνα): όποιος οπαδός εμπλέκεται σε περιστατικό αθλητικής βίας, δεν μπορεί να επισκεφθεί το γήπεδο και αποκλείεται από κάθε εκδήλωση της ομάδας. Αυτό πιστεύω είναι ένα πολύ καλό μέτρο που θα βοηθήσει πολύ στην εξάλειψη της βίας.

Τέλος το κατηχητικό πιστεύω έχει πρωταρχικό ρόλο στην αντιμετώπιση του χουλιγκανισμού. Αρχικά σε πολύ μικρή ηλικία στο κατηχητικό το παιδί μαθαίνει να μη λέει άσχημες κουβέντες, βρισιές. Μαθαίνει πως να διαχειρίζεται τον θυμό του μέσα από παιχνίδια π.χ. όταν τα παιδιά παίζουν ποδόσφαιρο που είναι ένα άθλημα από τους αρέσει πολύ βλέπουμε την ώρα του παιχνιδιού κάποια παιδιά αν χάνουν να αρχίζουν να νευριάζουν και να βρίζουν τους αντιπάλους τους. Τότε μετά το παιχνίδι υπάρχει πάντοτε συζήτηση. Εξηγούμε στα παιδιά για ποιο λόγο δεν πρέπει να θυμώνουν και πως η νίκη δεν είναι σκοπός του παιχνιδιού. Ο χαμένος έχει την μεγαλύτερη ωφέλεια, διότι μαθαίνει από τα λάθη του και την επόμενη φορά θα είναι καλύτερος. Τους μιλάμε για Αγίους όπως ο Άγιος Νεκτάριος που αγαπούσε την άθληση και θεώρησε τον αθλητισμό ευλογία, προωθώντας τους Ολυμπιακούς Αγώνες και την υγιή άσκηση, γι' αυτό και τον τιμούν πολλοί αθλητές και σωματεία. Τέλος τους εξηγούμε το ρητό Εάν και αθλή τις ου στεφανούνται εάν μη νομίμως αθλήση (Β΄ Τιμ. 2,1-10) για να το έχουν πάντα στο μυαλό τους καθώς αθλούνται.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΠΟΛΙΤΗ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ - ΚΑΤΗΧΗΤΡΙΑ

Η Κατήχηση ως πρόληψη της βίας στον Αθλητισμό:

Προτάσεις ανά ηλικιακή βαθμίδα

Οι ακόλουθες προτάσεις κατηχητικών μαθημάτων αποσκοπούν στην πρόληψη της βίας και του χλευασμού μέσω της καλλιέργειας του ήθους, της διάκρισης και της χριστιανικής αγάπης, προσαρμοσμένες στις ανάγκες και τις δυνατότητες κάθε ηλικιακής βαθμίδας.

Κατηχητικό Μάθημα προσχολικής βαθμίδας

Θέμα: «Το γηπεδάκι της Γαλήνης –

Ο Άγιος Νεκτάριος και το παιχνίδι με αγάπη»

Σκοπός του Μαθήματος

Το μάθημα έχει στόχο τα παιδιά να κατανοήσουν με απλό και βιωματικό τρόπο ότι το παιχνίδι και ο αθλητισμός είναι χαρά και όχι θυμός, η βία, οι φωνές, οι χλευασμοί και οι άσχημες λέξεις πληγώνουν, και ότι η Εκκλησία μας μαθαίνει να αγαπάμε, να σεβόμαστε και να παίζουμε ειρηνικά.

Παιδαγωγικοί Στόχοι

Τα παιδιά μέσα από το μάθημα θα μάθουν:

Να αναγνωρίζουν τη σωστή (αθλητική) και τη λάθος (βίαιη) συμπεριφορά.

Να ελέγχουν τον θυμό τους στο παιχνίδι.

Να χρησιμοποιούν λόγια αγάπης αντί για άσχημες λέξεις.

Εισαγωγή

Ο κατηχητής κάθεται σε κύκλο με τα παιδιά και τους κάνει ερωτήσεις για να ενεργοποιήσει τη σκέψη και την εμπειρία τους:

Σας αρέσει να παίζετε μπάλα ή κυνηγητό;

Πώς νιώθουμε όταν κάποιος φωνάζει ή χτυπάει;

Σημειώνουμε ότι ο Θεός θέλει να χαιρόμαστε και να παίζουμε ειρηνικά, χωρίς θυμό και βία.

Μικρή Αφήγηση (αληθινή ιστορία)

«Ο Άγιος Νεκτάριος και το παιχνίδι της χαράς»

Μια φορά κι έναν καιρό, κι αυτή η φορά ήταν αληθινή, ζούσε ένας πολύ καλός και ήσυχος παππούλης. Τον έλεγαν Άγιο Νεκτάριο. Αγαπούσε πολύ τα παιδιά και ήθελε να τα βλέπει χαρούμενα και αγαπημένα.

Στη σχολή όπου ήταν διευθυντής υπήρχαν παιδιά που διάβαζαν, προσεύχονταν, αλλά ήθελαν και να παίζουν. Ανάμεσά τους ήταν κι ένα καλό παιδί που το έλεγαν Γερβάσιο. Μια μέρα ο Γερβάσιος πλησίασε τον Άγιο Νεκτάριο και του είπε: «Άγιε Νεκτάριε, τα παιδιά θέλουν να παίξουν ποδόσφαιρο. Θα παίξουν ήσυχα, χωρίς φωνές και χωρίς καβγάδες. Στο υπόσχομαι.»

Ο Άγιος Νεκτάριος τον κοίταξε με καλοσύνη, σκέφτηκε λίγο και είπε: «Αν παίζετε με αγάπη και δεν στενοχωρείτε κανέναν, τότε μπορείτε να παίζετε.» Και έτσι τα παιδιά έπαιζαν. Έτρεχαν και γελούσαν, αλλά πρόσεχαν. Όταν κάποιος έπεφτε, τον βοηθούσαν. Όταν κάποιος θύμωνε, έλεγε «συγγνώμη». Και το παιχνίδι γέμιζε χαρά.

Ο Άγιος Νεκτάριος τα έβλεπε και χαιρόταν, γιατί ήξερε πως όταν το παιχνίδι έχει αγάπη, γίνεται ευλογία.

Μπορείς μετά να ρωτήσεις:

«Ποιος ήταν ο Άγιος Νεκτάριος;»

«Τι υποσχέθηκε ο Γερβάσιος;»

«Πώς έπαιζαν τα παιδιά για να χαίρεται ο Άγιος;»

Μήνυμα: Όταν παίζουμε με αγάπη και σεβασμό, ο Θεός χαίρεται και το παιχνίδι γίνεται ευλογία.

Τι μας λέει η Εκκλησία

Ο κατηχητής δείχνει εικόνα του Χριστού και εξηγεί: Ο Χριστός λέει: «Αγαπάτε αλλήλους».

Η Εκκλησία μας μαθαίνει να παίζουμε με αγάπη και σεβασμό. Όταν αγαπάμε, ο Χριστός χαίρεται.

Σύνθημα για τα παιδιά: «Παίζω – Σέβομαι – Αγαπώ».

Παιχνίδι

«Η καρδούλα μου στο παιχνίδι»

Ο κατηχητής λέει και δείχνει με τα χέρια:

«Όταν παίζουμε και φωνάζουμε ή χτυπάμε, η καρδούλα μας γίνεται έτσι...»

(μαζεύουμε τα χέρια – κάνουμε μικρή, σφιγμένη καρδιά)

«Όταν παίζουμε με αγάπη, η καρδούλα μας γίνεται έτσι...»

(ανοίγουμε τα χέρια – μεγάλη καρδιά)

Τα παιδιά μιμούνται τις κινήσεις.

Χειροτεχνία – «Η μπάλα της αγάπης»

Υλικά:

- Χαρτονάκια σε σχήμα κύκλου (μπάλα)
- Χρωματιστά μαρκαδοράκια ή κηρομπογιές
- Αυτοκόλλητες καρδούλες ή ζωγραφιστές
- Προαιρετικά: ματάκια

Οδηγία: Ο κατηχητής λέει: «Θα φτιάξουμε μια μπάλα που **χαίρεται όταν παίζουμε σωστά**».

Τα παιδιά:

- ζωγραφίζουν χαρούμενο πρόσωπο στη μπάλα
- κολλάνε ή ζωγραφίζουν μια καρδιά
- λένε όλοι μαζί μία καλή λέξη (π.χ. «μπράβο», «φίλος»)

Στο τέλος: «Αυτή η μπάλα θυμάται ότι παίζουμε με αγάπη.»

Διαδραστικές ερωτήσεις τύπου “ναι ή όχι”

Ο κατηχητής λέει και τα παιδιά απαντούν με:

χέρια ψηλά = ΝΑΙ

χέρια κάτω = ΟΧΙ

- «Όταν λέω “μπράβο”, παίζω σωστά;»
- «Όταν σπρώχνω φίλο μου, παίζω σωστά;»
- «Όταν ζητάω συγγνώμη, χαίρεται ο Θεός;»
-

Κλείσιμο με κίνηση και λόγο

Όλοι όρθιοι, χέρι στην καρδιά:

«Η καρδιά μου αγαπά» (χέρι στην καρδιά)

«Τα χέρια μου βοηθούν» (χέρια μπροστά)

«Το στόμα μου μιλά όμορφα» (δάχτυλο στο στόμα)

«Και ο Χριστός χαίρεται!» (χέρια ψηλά)

1 φορά κανονικά & 1 φορά λίγο πιο γρήγορα

Όλοι μαζί λένε:

«Χριστέ μου, βοήθησέ μας να παίζουμε χωρίς θυμό, να μην χτυπάμε, να μη λέμε άσχημα λόγια, και να είμαστε καλοί φίλοι. Αμήν.»

Μήνυμα για να θυμούνται τα παιδιά

«Στο παιχνίδι και στη ζωή, διαλέγω την αγάπη!»

Στο τέλος, πριν φύγουν, ρώτα: «Σήμερα, τι διαλέγουμε στο παιχνίδι;»

Και άσε τα παιδιά να φωνάξουν: **«ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ!»**

Κατηχητικό Μάθημα Κατώτερης Βαθμίδας

Θέμα: Ήθος και Βία στον Αθλητισμό – Τι προτείνει η Εκκλησία σήμερα

Στόχος: Να κατανοήσουν τα παιδιά τι είναι ο αθλητισμός με ήθος, γιατί η βία στα γήπεδα είναι πρόβλημα και πώς μπορούν *σήμερα* να εφαρμόζουν όσα μαθαίνουν.

Στόχοι Μαθήματος

Τα παιδιά να μπορούν:

- Να ξεχωρίζουν τον υγιή αθλητισμό από την αντιαθλητική συμπεριφορά
- Να αναγνωρίζουν μορφές βίας: σωματική, λεκτική, χλευασμούς, αισχρολογίες
- Να γνωρίζουν τι διδάσκει η Εκκλησία για τη βία και τον σεβασμό
- Να εφαρμόζουν τις αξίες αυτές στο σχολείο, στο γήπεδο, στην κερκίδα και στο διαδίκτυο

Εισαγωγή – Ενεργοποίηση

Ο κατηχητής ρωτά (με ανύψωση χεριού):

- Ποιο άθλημα σας αρέσει περισσότερο;
- Έχετε δει ποτέ καβγά σε γήπεδο ή στην τηλεόραση;
- Πώς νιώσατε;

Καταγράφουμε λέξεις στον πίνακα: *χαρά – ένταση – θυμός – φόβος – νίκη*.

Παράδειγμα Αγίου – Αθλητή του Χριστού

Ο Άγιος Νέστορας – Δύναμη χωρίς βία

Ο Άγιος Νέστορας ήταν νέος άνθρωπος, σχεδόν στην ηλικία που μεγαλώνουν τώρα τα παιδιά του Δημοτικού. Ήταν δυνατός στο σώμα, αλλά κυρίως είχε δυνατή καρδιά. Την εποχή εκείνη υπήρχε ένας φοβερός παλαιστής, ο Λυαίος. Ήταν πολύ δυνατός, αλλά χρησιμοποιούσε τη δύναμή του με κακία. Κορόιδευε, χλεύαζε και χτυπούσε τους άλλους. Πολλοί τον φοβόντουσαν.

Ο αυτοκράτορας χαιρόταν με αυτά τα θεάματα βίας. Ο κόσμος φώναζε και ζητούσε αίμα, όπως δυστυχώς γίνεται και σήμερα σε κάποια γήπεδα.

Ο Νέστορας στενοχωριόταν. Όχι γιατί φοβόταν, αλλά γιατί έβλεπε ανθρώπους να χαίρονται με τη βία. Πριν κάνει οτιδήποτε, δεν έτρεξε να δείξει τη δύναμή του. Πήγε

πρώτα στον Άγιο Δημήτριο, που ήταν φυλακισμένος, και του είπε: «Θέλω να αγωνιστώ, όχι για να δείξω ότι είμαι δυνατός, αλλά για να σταματήσει το κακό.»

Ο Άγιος Δημήτριος τον ευλόγησε και του είπε: «Ο Θεός να είναι μαζί σου. Να θυμάσαι: η αληθινή νίκη είναι η πίστη και το ήθος.»

Ο Νέστορας μπήκε στον αγώνα ήρεμος. Δεν φώναξε. Δεν έβρισε. Δεν προκάλεσε. Εμπιστεύτηκε τον Θεό. Με τη βοήθεια του Θεού νίκησε τον Λυαίο. Όχι με μίσος, αλλά με δικαιοσύνη.

Όμως η μεγαλύτερη νίκη του Αγίου Νέστορα δεν ήταν αυτή. Ήταν ότι **δεν έγινε ποτέ σαν τον Λυαίο**. Δεν άφησε τον θυμό και τη βία να τον κάνουν κακό άνθρωπο.

Για την πίστη και το ήθος του, ο Άγιος Νέστορας μαρτύρησε και έγινε Άγιος της Εκκλησίας.

Τι κρατάμε από τον Άγιο Νέστορα (Συζήτηση με τα παιδιά)

Ρωτάμε:

- Πού πήγε πρώτα ο Νέστορας πριν τον αγώνα;
- Φώναξε ή έβρισε;
- Γιατί αγωνίστηκε;

Συμπεραίνουμε μαζί:

- Η δύναμη χωρίς αγάπη γίνεται βία
- Η πίστη βοηθά να ελέγχουμε τον θυμό μας
- Ο χριστιανός αθλητής σέβεται όλους

Τι Διδάσκει η Εκκλησία

Με απλά λόγια:

- «Μακάριοι οι ειρηνοποιοί» (Ι. Χριστός)
- Ο θυμός και η βία πληγώνουν πρώτα την ψυχή μας
- Ο χλευασμός, οι αισχρολογίες ...είναι μορφές βίας
- Ο αληθινά δυνατός άνθρωπος ελέγχει τον εαυτό του

Η Εκκλησία δεν είναι κατά του αθλητισμού· είναι κατά της βίας.

Ομαδική Συζήτηση – Διάδραση

Χωρίζουμε τα παιδιά σε μικρές ομάδες. Κάθε ομάδα συζητά μία κατάσταση:

1. Έχασες έναν αγώνα και οι φίλοι σου βρίζουν
2. Βλέπεις κάποιον να κοροϊδεύει τον διαιτητή
3. Ο αγαπημένος σου παίκτης φέρεται αντιαθλητικά

Κάθε ομάδα απαντά:

- Τι λάθος γίνεται;
- Τι θα έκανε ένας χριστιανός αθλητής;

Σύνδεση με το Σήμερα – Πρακτική Εφαρμογή

Συζητάμε:

- Τι κάνω όταν θυμώνω σε παιχνίδι;
- Πώς μιλάω στην κερκίδα ή στο προαύλιο;
- Τι γράφω ή στέλνω στο διαδίκτυο για ομάδες και παίκτες;

Τονίζουμε: **Νίκη χωρίς ήθος = ήττα**

ΔΥΝΑΤΑ ΜΗΝΥΜΑΤΑ ΖΩΗΣ

Η δύναμη δεν είναι να χτυπάς, αλλά να κρατιέσαι.

Ερώτηση: Ποιος είναι πιο δυνατός; Αυτός που σηκώνει χέρι ή αυτός που σταματά τον θυμό του;

Η βία χαλάει το παιχνίδι και πληγώνει την ψυχή.

Παράδειγμα: Έχετε δει αγώνα που στο τέλος όλοι έφευγαν θυμωμένοι;

Ο αθλητισμός είναι χαρά, όχι πόλεμος.

Σκέψη: Ο αντίπαλος είναι εχθρός ή άνθρωπος σαν εμένα;

Τα λόγια μπορούν να γίνουν χτυπήματα.

Ερώτηση: Θυμάσαι λόγια που σε πόνεσαν περισσότερο από χτύπημα;

Νικάει αυτός που σέβεται.

Παράδειγμα: Ποιος κερδίζει πραγματικά: αυτός που βρίζει ή αυτός που δίνει χέρι;

Ο Άγιος Νέστορας μας δείχνει τον δρόμο.

Σκέψη: Πριν αγωνιστεί, προσευχήθηκε. Πριν θυμώσω, τι μπορώ να κάνω;

Ο Χριστιανός φαίνεται και στο γήπεδο.

Ερώτηση: Αν με έβλεπε ο Χριστός τώρα, θα χαιρόταν;

Ο Απόστολος Παύλος λέει: «*ἐὰν μὴ νομίμως ἀθλήσῃ, οὐ στεφανοῦται*».

Δηλαδή: Δεν φτάνει να αγωνιστείς. Δεν φτάνει να κερδίσεις. Σημασία έχει **πώς** αγωνίζεσαι.

Αν κερδίσω με βία, αν κερδίσω με βρισιές, αν κερδίσω χωρίς σεβασμό, **δεν** υπάρχει στεφάνι.

Ρώτα:

- «Αν νικήσεις αλλά ντρέπεσαι, άξιζε;»
- «Αν χάσεις αλλά είσαι περήφανος για τον εαυτό σου, έχασες πραγματικά;»

Η μεγαλύτερη νίκη δεν είναι το σκορ, είναι να φύγεις από το γήπεδο: χωρίς μίσος, χωρίς ντροπή,

με καθαρή καρδιά. Αυτός είναι ο αθλητής που τιμά τον εαυτό του, τους άλλους και τον Χριστό.

Τελικό μήνυμα προς τα παιδιά

Δεν σας ζητά η Εκκλησία να είστε τέλειοι.

Σας ζητά να **προσπαθείτε**:

να σκέφτεστε,

να συγκρατιέστε,

να σέβεστε,

να αγαπάτε.

Και κάθε τέτοια προσπάθεια είναι ήδη μια **νίκη**.

Κατηχητικό Μάθημα Μέσης & Ανώτερης Βαθμίδας

Αθλητισμός και Ήθος

Αντιμετώπιση της Βίας και του Χλευασμού στα Γήπεδα και στη

Σύγχρονη Ζωή

Εισαγωγή – Το πρόβλημα του σήμερα

Ο αθλητισμός αποτελεί σημαντικό κομμάτι της ζωής των παιδιών και των εφήβων. Είναι χώρος άσκησης, εκτόνωσης, χαράς και συνεργασίας. Ταυτόχρονα όμως, όλο και συχνότερα μετατρέπεται σε χώρο έντασης, βίας, χλευασμού και φανατισμού, τόσο μέσα στα γήπεδα όσο και έξω από αυτά, ακόμη και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Γεννώνται έτσι βασικά ερωτήματα:

Τι σημαίνει πραγματικά «νίκη»;

Είναι πάντα καλό να κερδίζεις;

Μπορεί κάποιος να είναι καλός αθλητής αλλά κακός άνθρωπος;

Και τελικά, μπορεί να υπάρξει αθλητισμός χωρίς ήθος;

Η Εκκλησία δεν στέκεται εχθρικά απέναντι στον αθλητισμό. Αντίθετα, τον αντιμετωπίζει ως χώρο δοκιμασίας του χαρακτήρα, όπου αποκαλύπτεται αν ο άνθρωπος έχει μέτρο, αυτοέλεγχο και σεβασμό προς τον άλλον.

Οι Ζωές των Αγίων ως πρότυπα αθλητικού ήθους

Άγιος Νέστορας – Νεότητα, πίστη και αληθινή δύναμη

Ο Άγιος Νέστορας ήταν ένας νέος άνθρωπος, γεμάτος σωματική δύναμη, τόλμη και ζωντάνια. Έζησε στα τέλη του 3ου αιώνα μ.Χ., στα χρόνια του αυτοκράτορα Διοκλητιανού, μια εποχή σκληρή για τους Χριστιανούς, όπου η βία θεωρούνταν θέαμα και η ανθρώπινη ζωή είχε μικρή αξία. Ο Νέστορας ζούσε στη Θεσσαλονίκη και ήταν μαθητής και πνευματικό παιδί του Αγίου Δημητρίου.

Την εποχή εκείνη, οι αγώνες στις αρένες δεν είχαν σκοπό τη χαρά ή την άσκηση, αλλά την εξόντωση του αντιπάλου. Ένας σωματώδης μονομάχος, ο Λυαίος, νικούσε και σκότωνε τους αντιπάλους του, και ο αυτοκράτορας Διοκλητιανός χαιρόταν για τις νίκες του. Το πλήθος θαύμαζε τη βία και την υπερηφάνεια. Ο Νέστορας όμως δεν θαμπώθηκε. Μίσησε την αλαζονεία και την αδικία που παρουσιαζόταν ως δύναμη. Βλέποντας τα θαύματα του Αγίου Δημητρίου, πήρε θάρρος. Πήγε στη φυλακή όπου ήταν κλεισμένος ο Μεγαλομάρτυρας και έπεσε στα πόδια του. Με ταπεινότητα είπε: «Δούλε του Θεού Δημήτριε, είμαι έτοιμος να μονομαχήσω με τον Λυαίο· προσευχήσου για μένα στο όνομα του Χριστού».

Ο Άγιος Δημήτριος τον ευλόγησε, τον σφράγισε με το σημείο του Τιμίου Σταυρού και του είπε ότι θα νικήσει τον Λυαίο, αλλά και ότι θα μαρτυρήσει για τον Χριστό. Ο Νέστορας τότε μπήκε στο στάδιο χωρίς φόβο και αναφώνησε: **«Θεὲ τοῦ Δημητρίου, βοήθει μοι».**

Αγωνίστηκε με πίστη, αυτοσυγκράτηση και θάρρος. Νίκησε τον Λυαίο, όχι από μίσος ή εκδικητικότητα, αλλά επειδή εμπιστεύτηκε τον Θεό και όχι μόνο τη δύναμή του. Δεν καυχήθηκε, δεν προκάλεσε, δεν χάρηκε για τον θάνατο του άλλου. Ο αυτοκράτορας όμως εξοργίστηκε. Διέταξε να θανατώσουν τον Νέστορα με λόγχη, και λίγο αργότερα και τον Άγιο Δημήτριο. Έτσι ο Νέστορας, νέος στην ηλικία αλλά ώριμος στην πίστη, μαρτύρησε για τον Χριστό. Με τη ζωή και τον θάνατό του, ο Άγιος Νέστορας διδάσκει ότι σε κάθε ανθρώπινη πρόκληση, σε κάθε φόβο και αδικία, ο πιστός άνθρωπος μπορεί να λέει: **«Κύριος ἐμοὶ βοηθός, καὶ οὐ φοβηθήσομαι τί ποιήσει μοι ἄνθρωπος».**

Ο Άγιος Νέστορας μας δείχνει ότι μπορείς να είσαι δυνατός χωρίς να είσαι βίαιος και νικητής χωρίς να χάσεις την ψυχή σου. Η αληθινή νίκη δεν είναι να καταστρέψεις τον άλλον, αλλά να μείνεις πιστός, ελεύθερος και καθαρός στην καρδιά.

Ο Άγιος Νέστορας και τα σημερινά γήπεδα – από την αρένα στην οθόνη

Ο Άγιος Νέστορας έζησε σε μια εποχή όπου η βία παρουσιαζόταν ως θέαμα. Στις αρένες της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, οι άνθρωποι χειροκροτούσαν τον δυνατό που σκότωνε και διασκεδάζαν με τον πόνο του άλλου. Ο Λυαίος ήταν ήρωας όχι επειδή ήταν δίκαιος, αλλά επειδή ήταν σκληρός. Η δύναμη χωρίς ήθος γινόταν είδωλο.

Αν κοιτάξουμε γύρω μας σήμερα, ίσως να μην έχουμε αρένες με μονομάχους, αλλά έχουμε γήπεδα, κερκίδες και οθόνες. Εκεί συχνά βλέπουμε το ίδιο φαινόμενο: χλευασμό, ύβρεις, φανατισμό, χαρά για την ήττα ή τον τραυματισμό του άλλου.

Στα social media, η βία πολλές φορές γίνεται λόγος: προσβολές, ειρωνεία, εξευτελισμός. Ο αντίπαλος παύει να είναι άνθρωπος και γίνεται «στόχος».

Ο Άγιος Νέστορας στέκεται απέναντι σε αυτό το πνεύμα. Δεν μπήκε στον αγώνα για να διασκεδάσει το πλήθος, ούτε για να δοξαστεί.

Μπήκε με προσευχή. Δεν φώναξε συνθήματα, δεν έβρισε, δεν καυχήθηκε. Η κραυγή του ήταν: «Θεὲ τοῦ Δημητρίου, βοήθει μοι».

Αυτό είναι το μεγάλο μήνυμα για σήμερα: η στάση του αθλητή – και του ανθρώπου – ξεκινά από την καρδιά.

Τι σημαίνει «αθλητής του Χριστού» σήμερα;

Σήμερα, «αθλητής του Χριστού» είναι:

- αυτός που δεν απαντά στον χλευασμό με χλευασμό,
- που δεν βρίζει όταν χάνει και δεν κοροϊδεύει όταν κερδίζει,
- που δεν παρασύρεται από το πλήθος,
- που δεν μετατρέπει τον αντίπαλο σε εχθρό.

Ο Άγιος Νέστορας μας μαθαίνει ότι η μεγαλύτερη μάχη δεν είναι απέναντι στον άλλον, αλλά απέναντι στον θυμό, στον εγωισμό και στην ανάγκη να επιβληθούμε.

Από το «Θεὲ βοήθει μοι» στο σήμερα

Στα γήπεδα και στα social media, η Εκκλησία δεν λέει στους νέους «φύγετε». Λέει: μείνετε, αλλά με άλλο ήθος.

Προτείνει:

- αυτοσυγκράτηση αντί για ξέσπασμα,
- σιωπή αντί για βρισιά,
- λόγο που χτίζει αντί για λόγο που πληγώνει,
- αποχώρηση όταν η ένταση ξεπερνά τα όρια.

Όπως ο Άγιος Νέστορας δεν εμπιστεύτηκε μόνο τη δύναμή του, έτσι και ο νέος σήμερα καλείται να μη στηρίζεται μόνο στο ένστικτο ή στο θυμό του, αλλά στη συνείδηση, στη σκέψη και στην πίστη του.

Άγιος Σεβαστιανός – Η δύναμη που στέκεται δίπλα στον άνθρωπο

Ο Άγιος Σεβαστιανός γεννήθηκε στα Μεδιόλανα της Ιταλίας τον 3ο αιώνα μ.Χ. και μεγάλωσε σε χριστιανική οικογένεια, που του μετέδωσε από νωρίς την πίστη στον Χριστό και την αγάπη προς τον άνθρωπο. Ήταν νέος ικανός, δυνατός και μορφωμένος. Γι' αυτό και διακρίθηκε γρήγορα στον ρωμαϊκό στρατό και έφτασε σε υψηλό αξίωμα, καθώς ο αυτοκράτορας Διοκλητιανός τον όρισε αρχηγό των πραιτοριανών.

Ο Άγιος Σεβαστιανός ήταν στρατιώτης. Αυτό σημαίνει πειθαρχία, σωματική αντοχή και εξουσία. Θα μπορούσε εύκολα να επιβληθεί στους άλλους, να φοβίσει και να εξουσιάζει. Όμως διάλεξε κάτι διαφορετικό. Χρησιμοποίησε τη θέση και τη δύναμή του όχι για να καταπιέζει, αλλά για να προστατεύει.

Μέσα στον σκληρό κόσμο του στρατού στάθηκε δίπλα στους αδύναμους Χριστιανούς που διώκονταν. Τους ενθάρρυνε, τους έδινε θάρρος και τους βοηθούσε να αντέξουν. Υπήρξε προστάτης των φτωχών και των πασχόντων και στήριγμα της Ρωμαϊκής Εκκλησίας, τόσο ώστε να ονομαστεί «υπερασπιστής της Εκκλησίας». Δεν ύψωσε τη φωνή του, δεν απάντησε με επιθετικότητα, δεν χρησιμοποίησε τη δύναμή του για εκδίκηση ή επίδειξη.

Όταν άρχισαν οι σκληροί διωγμοί, συνελήφθησαν Χριστιανοί και οδηγήθηκαν σε δίκη. Τότε ο Σεβαστιανός, για να τους εμψυχώσει, έκανε κάτι που απαιτούσε μεγάλο θάρρος: δήλωσε δημόσια ότι και ο ίδιος είναι Χριστιανός. Θα μπορούσε να σωθεί αν σιωπούσε. Όμως προτίμησε την αλήθεια.

Καταδικάστηκε σε θάνατο και χτυπήθηκε με βέλη. Αν και θεωρήθηκε νεκρός, σώθηκε προσωρινά και ανέκτησε την υγεία του. Αντί όμως να κρυφτεί, στάθηκε ξανά μπροστά στον αυτοκράτορα και τον ήλεγξε για τη σκληρότητα και την αδικία του. Τότε μαρτύρησε με μαστίγωση μέχρι θανάτου, μένοντας πιστός «ἄχρι θανάτου».

Ο Άγιος Σεβαστιανός μας δείχνει ότι πραγματικά δυνατός δεν είναι αυτός που επιβάλλεται, αλλά αυτός που στέκεται δίπλα στον άνθρωπο. Για τους νέους σήμερα είναι πρότυπο ανθρώπου που έχει δύναμη, θέση και ικανότητες, αλλά επιλέγει το ήθος, τη συνείδηση και την αγάπη αντί για τη βία και τον συμβιβασμό.

Για τους νέους σήμερα, είναι πρότυπο ανθρώπου που έχει δύναμη αλλά επιλέγει το ήθος.

Άγιος Κοσμάς ο Αιτωλός – Ο αγώνας χωρίς γήπεδο

Ο Άγιος Κοσμάς υπήρξε φωτοφόρος απόστολος του Ευαγγελίου στα μαύρα χρόνια της τουρκικής σκλαβιάς. Γεννήθηκε το 1714 μ.Χ. στο χωριό Ταξιάρχης της Αποκούρου, κοντά στο Μεγάλο Δένδρο Ναυπακτίας, από γονείς ευσεβείς, που τον ανέθρεψαν εν παιδεία και νουθεσία Κυρίου. Από μικρός έδειξε μεγάλο ενδιαφέρον για τη μάθηση και την πίστη. Στα είκοσι του χρόνια πήγε στο Άγιο Όρος για σπουδές στο νεοσύστατο σχολείο του Βατοπεδίου και αργότερα στη Μονή Φιλόθεου έγινε μοναχός, παίρνοντας το όνομα Κοσμάς. Αργότερα χειροτονήθηκε Ιερομόναχος.

Ο Άγιος Κοσμάς δεν αγωνίστηκε σε στάδιο όπως ο Νέστορας ή οι αρχαίοι αθλητές. Η «αρένα» του ήταν η κοινωνία: οι άνθρωποι υπόδουλοι, οι σκλαβωμένοι Έλληνες, η καθημερινότητα γεμάτη δυσκολίες, φτώχεια και προκλήσεις. Παρ' όλα αυτά, δεν φοβήθηκε. Περίόδευσε σε όλη την Ελλάδα: Αιτωλοακαρνανία, Μακεδονία, Δωδεκάνησα, Άγιο Όρος, Θεσσαλονίκη, Χειμάρρα, Νότιο Ήπειρο, Λευκάδα, Κεφαλληνία, Ζάκυνθο, Κέρκυρα και ξανά στη Βόρειο Ήπειρο. Όπου πήγαινε, δίδασκε με απλά λόγια, υπομονή και αγάπη. Έχτιζε σχολεία και εκκλησίες και μάθαινε στους ανθρώπους να ζουν με πίστη, δικαιοσύνη και σεβασμό.

Ο Άγιος Κοσμάς, όπως και οι άλλοι Άγιοι που παρουσιάσαμε, συχνά αντιμετώπιζε ειρωνεία, χλευασμό και αντίδραση. Ο κόσμος εκείνος ήταν σκληρός, αλλά ο ίδιος δεν απάντησε με βία. Ήξερε ότι ο άνθρωπος δεν αλλάζει με φόβο ή επιβολή, αλλά με φως, παιδεία και αγάπη. Γι' αυτό το λόγο, οδηγήθηκε τελικά στο μαρτύριο: απαγχονίστηκε το 1779 μ.Χ. στο Κολικόντασι της Βορείου Ηπείρου. Παρά την προσπάθεια να εξαφανιστεί το σώμα του, το λείψανό του επέπλεε και βρέθηκε για να ενταφιαστεί στη μονή της Θεοτόκου Αρδονίτσας, όπου τιμάται μέχρι σήμερα. Η Εκκλησία τον αναγνώρισε ως άγιο το 1961 μ.Χ., τιμώντας τον ως Ισαπόστολο.

Ο Άγιος Κοσμάς μας διδάσκει ότι η μεγαλύτερη μάχη δεν είναι να επιβληθούμε με δύναμη ή βία, αλλά να κρατήσουμε καθαρό τον λόγο και την καρδιά μας μέσα σε έναν κόσμο θυμού, χλευασμού και αντιδράσεων. Όπως ο Νέστορας και ο Σεβαστιανός, έτσι και ο Κοσμάς είναι πρότυπο για εμάς: **πίστη, υπομονή, σεβασμός και ήθος νικούν τη βία.**

Σήμερα τι σημαίνει αυτό για μας:

- Στον αθλητισμό, στις παρέες, στα social media, έχουμε επιλογές – μπορούμε να αντιδράσουμε με θυμό ή με ήθος.
- Οι Άγιοι δείχνουν ότι η πραγματική δύναμη είναι να παραμένεις ήρεμος, να βοηθάς, να ενθαρρύνεις και να μην απαντάς με βία ή χλευασμό.
- Όταν παίζουμε ή συναγωνιζόμαστε, μπορούμε να είμαστε δυνατοί αλλά και

δίκαιοι, να σεβόμαστε τον αντίπαλο και να φροντίζουμε την ομάδα μας.

- Η πίστη, η υπομονή και ο σεβασμός είναι όπλα πιο ισχυρά από οποιαδήποτε δύναμη ή ταλέντο.

Ηθικά διλήμματα στον αθλητισμό – Σκέψη και επιλογή

Ο αθλητισμός δεν είναι μόνο σωματική προσπάθεια αλλά και χώρος ηθικών αποφάσεων. Καθημερινά προκύπτουν καταστάσεις που δοκιμάζουν τον χαρακτήρα.

Όταν ο αντίπαλος χλευάζει, η εύκολη λύση είναι να απαντήσω με χλευασμό ή βία.

Όμως αυτή η επιλογή δημιουργεί κύκλο έντασης, αποσυντονίζει την ομάδα και υποβαθμίζει τον ίδιο τον αθλητή. Αντίθετα, η ήρεμη στάση, η συγκέντρωση στο παιχνίδι ή η υπεύθυνη αναφορά δείχνουν ωριμότητα και πραγματική δύναμη, όπως ακριβώς έπραξε ο Άγιος Νέστορας.

Όταν ένας φίλος βρίζει επειδή χάνει, η ανταπόδοση ή η ειρωνεία δεν τον βοηθούν.

Η ενθάρρυνση, ο ήρεμος λόγος ή ακόμη και μια παύση δείχνουν σεβασμό στη φιλία και ενισχύουν την ενότητα της ομάδας. Όπως ο Άγιος Σεβαστιανός στήριζε τους αδύναμους, έτσι και εδώ η δύναμη φαίνεται στη στήριξη, όχι στην απόρριψη.

Όταν ένας θεατής προσβάλλει, η βία ή η ανταθλητική συμπεριφορά αμαυρώνουν τον αγώνα και την προσωπική εικόνα. Η υπομονή, η αποφυγή σύγκρουσης και η υπεύθυνη αναφορά αποκαλύπτουν εσωτερική δύναμη. Οι Άγιοι αντιμετώπισαν τον χλευασμό με καρτερία, όχι με εκδίκηση.

Όρια και Μέτρο στον Αθλητισμό –

Η πρόταση της Εκκλησίας προς τους νέους σήμερα

Οι προβληματισμοί των φιλοσόφων για το μέτρο και τα όρια στον αθλητισμό συναντούν σε μεγάλο βαθμό τη διδασκαλία της Εκκλησίας. Πολύ πριν εμφανιστούν τα σύγχρονα φαινόμενα φανατισμού, βίας και υπερβολής, η Εκκλησία μιλούσε για εγκράτεια, αυτοέλεγχο και σωστή χρήση της δύναμης.

Το Μέτρο ως στάση ζωής – Αριστοτέλης και Εκκλησία

Ο μαθητής του Πλάτωνα και δάσκαλος του Μεγάλου Αλεξάνδρου, Αριστοτέλης (384–322 π.Χ.) ήταν φιλόσοφος και επιστήμονας της αρχαίας Ελλάδας. Τόνιζε ότι τόσο η υπερβολή όσο και η έλλειψη άσκησης βλάπτουν τον άνθρωπο, ενώ το μέτρο εξασφαλίζει υγεία και ισορροπία. Η Εκκλησία δεν απορρίπτει την άσκηση, αλλά τη βλέπει ως μέρος της συνολικής φροντίδας του ανθρώπου, που είναι σώμα και ψυχή μαζί.

Ο Αριστοτέλης μάς διδάσκει ότι η πραγματική δύναμη στον αθλητισμό δεν είναι να κερδίζεις με κάθε κόστος, αλλά να σέβεσαι τον αντίπαλο, να κρατάς αυτοέλεγχο και

να αγωνίζεσαι με μέτρο και δικαιοσύνη. Με αυτόν τον τρόπο, οι νέοι μπορούν να απολαμβάνουν τη χαρά του παιχνιδιού, να διατηρούν την υγεία τους και να καλλιεργούν τον χαρακτήρα τους, χωρίς να παρασύρονται σε βία, βρισιές ή χλευασμό.

Η εφαρμογή της διδασκαλίας του Αριστοτέλη σήμερα σημαίνει: παίζω με χαρά, σέβομαι τους κανόνες, φροντίζω τον εαυτό μου και τους γύρω μου και μαθαίνω να νικώ χωρίς να χάνω τον εαυτό μου.

Πότε ο αθλητισμός παύει να ωφελεί – Διογένης και πνευματική διάκριση

Ο Διογένης (412–323 π.Χ.) ήταν Έλληνας φιλόσοφος της σχολής των Κυνικών, γνωστός για την απλότητα της ζωής του και την έμφαση στη διατήρηση του χαρακτήρα πάνω στις υλικές απολαύσεις. Παρατηρούσε ότι ο αθλητισμός ωφελεί μέχρι το σημείο της χαράς και της ζωτικότητας. Όταν όμως γεννά νεύρα, βρισιές, θυμό και μίσος, τότε παύει να καλλιεργεί τον άνθρωπο και αρχίζει να τον αλλοιώνει.

Η Εκκλησία βοηθά τους νέους να αναγνωρίζουν αυτό το όριο και τους καλεί:

να παρατηρούν τα συναισθήματά τους μετά τον αγώνα,
να αναρωτιούνται αν έγιναν πιο ήρεμοι ή πιο επιθετικοί,
να καταλαβαίνουν ότι η αληθινή άσκηση πρέπει να οδηγεί σε ειρήνη, όχι σε διάλυση της καρδιάς.

Όταν ο αθλητισμός οδηγεί σε ύβρεις και μίσος, τότε δεν ασκεί, αλλά πληγώνει τον άνθρωπο εσωτερικά.

Όταν ο αθλητισμός γίνεται πόλεμος – Όργουελ και η χριστιανική απάντηση

Ο Τζορτζ Όργουελ (1903–1950) ήταν Άγγλος συγγραφέας και δημοσιογράφος, γνωστός για τα έργα του που καταγγέλλουν την αδικία, την καταπίεση και τη διαστρέβλωση της αλήθειας. Στα κείμενά του παρατηρούσε ότι ο σύγχρονος αθλητισμός συχνά μοιάζει με «πόλεμο χωρίς πυροβολισμούς», επειδή κυριαρχούν ο φανατισμός, η βία και η απανθρωποποίηση του αντιπάλου.

Η Εκκλησία εδώ δίνει μια ξεκάθαρη και ριζική απάντηση: ο αντίπαλος δεν είναι εχθρός, είναι πλησίον.

Στους νέους σήμερα η Εκκλησία προτείνει:

να μη χαίρονται με τον τραυματισμό ή την αποτυχία του άλλου,
να θυμούνται ότι ο Χριστός δεν νίκησε με βία αλλά με αγάπη και θυσία.

Όταν ο αθλητισμός μετατρέπεται σε πεδίο μίσους, τότε χάνει κάθε παιδαγωγική και πνευματική αξία.

Τι καλεί η Εκκλησία τους νέους να κάνουν σήμερα (πρακτική εφαρμογή)

Η Εκκλησία δεν μένει στη θεωρία. Καλεί τους νέους:
να κάνουν παύση όταν ο θυμός ξεπερνά το μέτρο,
να απομακρύνονται προσωρινά από το παιχνίδι ή τη σύγκρουση για να ξαναμπούν
ήρεμοι,
να χρησιμοποιούν την προσευχή ως τρόπο εσωτερικής αποφόρτισης,
να δίνουν αξία στην προσπάθεια και τη βελτίωση, όχι μόνο στο αποτέλεσμα,
να δείχνουν σεβασμό ακόμη και όταν οι άλλοι δεν το κάνουν.
Αυτός ο δρόμος δεν είναι ο εύκολος, αλλά είναι ο δρόμος της αληθινής δύναμης.

Σύνδεση με τους Αγίους – Ζωντανό παράδειγμα

Ο Άγιος Νέστορας αγωνίστηκε με πίστη, μέτρο και αυτοέλεγχο. Δεν παρέσυρε τη δύναμή του στη βία. Έτσι δείχνει στους νέους ότι μπορείς να είσαι δυνατός χωρίς να γίνεις επιθετικός, νικητής χωρίς να γίνεις σκληρός, αθλητής χωρίς να χάσεις την ανθρωπιά σου.

Η Εκκλησία προτείνει έναν αθλητισμό που:

δυναμώνει το σώμα,
καλλιεργεί τον χαρακτήρα,
προστατεύει την ψυχή.

Όταν ο νέος μάθει να αγωνίζεται με μέτρο, σεβασμό και πίστη, τότε ο αθλητισμός γίνεται όχι πεδίο βίας, αλλά σχολείο ζωής.

Συμπερασματικά μηνύματα

Η πραγματική δύναμη στον αθλητισμό δεν είναι να νικάς τον άλλον, αλλά να μη χάνεις τον εαυτό σου.

Η νίκη χωρίς ήθος είναι ήττα.

Ο αθλητισμός είναι χαρά και παιδεία, όχι πόλεμος.

Οι Άγιοι δείχνουν τον δρόμο: πίστη, μέτρο και αυτοέλεγχος οδηγούν στην αληθινή νίκη.

Ο Χριστιανός φαίνεται και στο γήπεδο, όχι μόνο στην Εκκλησία.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΓΙΑ ΓΡΑΦΗ

- **A) 1 Κορινθίους 9,24-27 (Ο πνευματικός αγώνας ως αθλητισμός)**
«Οὐκ οἶδατε ὅτι οἱ ἐν σταδίῳ τρέχοντες πάντες μὲν τρέχουσιν, ἐκεῖνος δὲ ἐν λαμβάνει τὸ βραβεῖον; οὕτως τρέχετε, ἵνα καταλάβητε.
Πᾶς δὲ ὁ ἀγωνιζόμενος πάντα ἐγκρατεύεται· ἐκεῖνοι μὲν οὖν ἵνα φθαρτὸν στέφανον λάβωσιν, ἡμεῖς δὲ ἄφθαρτον.»
(Α' Κορ. 9,24-25)
- **B) Β' Τιμοθέου 4,7 (Ο αγώνας ως ζωή)**
«Τὸν καλὸν ἀγῶνα ἠγωνίσμαι, τὸν δρόμον τετέλεκα, τὴν πίστιν τετήρηκα.»
- **Γ) Ιακώβου 3,16 (Η βία ως καρπός φθόνου)**
«ὅπου γὰρ ἔστι φθόνος καὶ ἔρις, ἐκεῖ ἀκαταστασία καὶ πᾶν πονηρὸν ἔργον.»
- **Δ) Ματθαίου 5,44 (Η αγάπη ως αντίδοτο στη βία)**
«ἀγαπᾶτε τοὺς ἐχθροὺς ὑμῶν.»
- **Ε) Α' Ιωάννου 4,8 (Ο Θεός είναι αγάπη)**
«ὁ μὴ ἀγαπῶν οὐκ ἔγνω τὸν Θεόν, ὅτι ὁ Θεὸς ἀγάπη ἐστίν.»
- **ΣΤ) Γένεση 4,8 (Η πρώτη βία ως καρπός πώσης)**
«Καὶ ἐγένετο ἄρτι ἐν τῷ ἀγρῷ... καὶ ἀπέκτεινεν αὐτόν.»

ΠΑΤΕΡΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ (για υγιή άθληση και μέτρο)

- **A) Κλήμης ο Αλεξανδρεὺς – Παιδαγωγός**
«...το γυμναστήριον εἶναι αναγκαῖο γιὰ τὰ παιδιὰ. Οἱ ασκήσεις χρησιμεύουν στὴν υγιεία τῶν νέων, καθὼς προκαλοῦν ζήλο καὶ φιλοτιμία, ὄχι μόνον γιὰ τὴν ἐπιμέλεια τῆς ευεξίας ἀλλὰ καὶ τῆς ευψυχίας...»
B) Μέγας Βασίλειος – Μαρτινιανός (ἐπιστολή)
«... Γυμνάσια κεκλεισμένα, καὶ νύκτας ἀφεγγεῖς οὐκ εἰς ἡμᾶς οὐδὲν λογιζέσθαι ἢ περὶ τοῦ ζῆν ἀγωνία...»
Γ) Γρηγόριος Νύσσης – Επιστολή
• «...Ο χριστιανὸς παιδαγωγὸς πρέπει νὰ εἶναι διδυμοτόκος, νὰ ἀποβλέπει καὶ στὴν μόρφωση τῆς ψυχῆς καὶ στὴν διάπλαση καὶ εὐσχημοσύνη τοῦ σώματος...»
Δ) Ἅγιος Νεκτάριος – γιὰ τὴ μεσότητά καὶ τὸ σῶμα
• «...τὰ τε υπερβάλλοντα γυμνάσια καὶ τὰ αελλείποντα φθείρει τὴν ψυχὴν, σώζεται δὲ ἡ σωφροσύνη ὑπὸ τῆς μεσότητος...»

- «...η άκρα προς το έν πρόνοια έσται αμέλεια προς το έτερον...»

ΠΑΤΕΡΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ (για το μέτρο, την άσκηση και την αποφυγή της βίας)

Α) Ισαάκ ο Σύρος – Λόγοι

«Πᾶσα ἄσκησις ἄνευ διακρίσεως βλάβην φέρει.»

- Β) Μάξιμος ο Ομολογητής – Κεφάλαια περί Αγάπης

«Οὐ τὸ σῶμα αἴτιον τῶν παθῶν, ἀλλ' ἡ κακὴ χρῆσις αὐτοῦ.»

- Γ) Ιωάννης της Κλίμακος – Κλίμαξ

«Ἀγὼν ἐστὶν ἡ ζωή· καὶ ὁ μὴ ἀγωνιζόμενος οὐ στεφανοῦται.»

- Δ) Γρηγόριος ο Θεολόγος

«Οὐχ ἵνα τὸ σῶμα καταφρονῶμεν, ἀλλ' ἵνα αὐτὸ παιδαγωγῶμεν.»

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

Εφαρμοσμένο παράδειγμα εκκλησιαστικής ποιμαντικής μέσω του αθλητισμού:

Ο Αθλητικός Όμιλος «Γαλήνη» και η πρωτοβουλία

«Γκολ στον Κοινωνικό Αποκλεισμό»

Το Πανελλήνιο Τουρνουά Ποδοσφαίρου «Γκολ στον Κοινωνικό Αποκλεισμό», το οποίο τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Αθλητισμού και Τουρισμού με πρωτοβουλία της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα του πώς ο αθλητισμός μπορεί να λειτουργήσει ως εργαλείο κοινωνικής ένταξης, παιδαγωγίας και καλλιέργειας του ήθους. Ιδιαίτερη σημασία αποκτά η βράβευση του Αθλητικού Ομίλου «Α.Ο. Γαλήνη» από τη Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή με το ειδικό βραβείο «Αθλητισμός και Κοινωνική Ευθύνη», στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας «Γκολ στον Κοινωνικό Αποκλεισμό». Η διάκριση αυτή έχει μοναδικό χαρακτήρα, καθώς ο Α.Ο. «Γαλήνη» αποτελεί τον μοναδικό αθλητικό σύλλογο στην Ελλάδα που τιμήθηκε με το συγκεκριμένο βραβείο, γεγονός που αναδεικνύει την αναγνωρισμένη σε διεθνές επίπεδο κοινωνική και παιδαγωγική του προσφορά. Η βράβευση αυτή δεν συνιστά απλώς μια τιμητική διάκριση, αλλά επιβεβαιώνει τη διαχρονική και συνεπή προσπάθεια του συλλόγου να σταθεί έμπρακτα δίπλα σε παιδιά, νέους και ευάλωτες κοινωνικές ομάδες, προσφέροντας χώρο αποδοχής, ασφάλειας, ισότητας και αγάπης για τον αθλητισμό. Μέσα από δράσεις κοινωνικής ένταξης, εθελοντικά προγράμματα

και αθλητικές πρωτοβουλίες που προάγουν τον σεβασμό, τη συνεργασία και την αλληλεγγύη, ο Α.Ο. «Γαλήνη» αποδεικνύει ότι ο αθλητισμός μπορεί να λειτουργήσει ως γέφυρα κοινωνικής συνοχής και ανθρώπινης συνάντησης.

Ιδιαίτερη θεολογική και ποιμαντική βαρύτητα έχει το γεγονός ότι ο **Αθλητικός Όμιλος «Γαλήνη» ιδρύθηκε το 1996** στο πλαίσιο ενοριακής ζωής, ως καρπός εκκλησιαστικής μέριμνας για τη νεολαία και την τοπική κοινωνία. Η ίδρυσή του εντάσσεται σε μια μακρά παράδοση της Εκκλησίας να αξιοποιεί τον αθλητισμό όχι ως αυτοσκοπό, αλλά ως μέσο παιδαγωγίας, πρόληψης της κοινωνικής περιθωριοποίησης και καλλιέργειας του ήθους. Στην πράξη, ο σύλλογος λειτούργησε και λειτουργεί ως προέκταση της ποιμαντικής της ενορίας, μεταφέροντας τις αξίες της αγάπης, της αποδοχής του άλλου και του σεβασμού της ανθρώπινης αξιοπρέπειας εντός και εκτός του αγωνιστικού χώρου. Η περίπτωση του Α.Ο. «Γαλήνη» επιβεβαιώνει με σύγχρονο και απτό τρόπο τη θεολογική θέση της Εκκλησίας ότι ο υγιής αθλητισμός μπορεί να αποτελέσει χώρο μαρτυρίας της χριστιανικής αγάπης και πράξης. Ο αθλητισμός, όταν αποδεσμεύεται από τη βία, τον φανατισμό και την εμπορευματοποίηση, μετατρέπεται σε τόπο συνάντησης, ένταξης και θεραπείας, υπηρετώντας τον άνθρωπο ως ψυχοσωματική ενότητα.

Το 2011 πραγματοποιείται το 1ο πανελλήνιο Τουρνουά Ποδοσφαίρου «**Γκολ στον Κοινωνικό Αποκλεισμό**» στα πλαίσια της κυβερνητικής πολιτικής «Ενεργοποίηση των πολιτών κατά του Κοινωνικού Αποκλεισμού» υπό την αιγίδα του Υπουργείου Πολιτισμού και Τουρισμού με πρωτοβουλία της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού. Ο **Α.Ο ΓΑΛΗΝΗ** υπήρξε συνδιοργανωτής με το Δήμο Πατρών και τη Μ.Κ.Ο. «ΔΙΟΓΕΝΗΣ». Πήραν μέρος 8ο αθλητές από 8 ελληνικές πόλεις και η τελετή έναρξης πραγματοποιήθηκε στις αθλητικές εγκαταστάσεις του Α.Ο. Αχαΐας "Η ΓΑΛΗΝΗ" στα Δεμένικα. Σημειωτέον πως η Αντρική Ομάδα της ΓΑΛΗΝΗΣ τερμάτισε στη 2η θέση στο πρωτοποριακό αυτό Τουρνουά Ποδοσφαίρου.

Ο **Αθλητικός Όμιλος «Γαλήνη»** εκφράζει θερμές ευχαριστίες προς όλους όσους στηρίζουν αυτή την προσπάθεια – αθλητές, προπονητές, γονείς, εθελοντές και φίλους – και δεσμεύεται να συνεχίσει τον αγώνα, εντός και εκτός γηπέδου, για έναν κόσμο με περισσότερη ισότητα, αποδοχή και αλληλεγγύη. Το παράδειγμά του αποτελεί ζωντανή απόδειξη ότι η Εκκλησία, όταν συνομιλεί δημιουργικά με την κοινωνία, μπορεί να προσφέρει ουσιαστικές απαντήσεις στα σύγχρονα κοινωνικά προβλήματα μέσω του αθλητισμού.

Σημειωτέον ότι ιδρυτής του Αθλητικού Ομίλου «**Γαλήνη**» υπήρξε ο π. Αντώνιος Ρουμελιώτης, εφημέριος τότε της ενορίας εντός της οποίας αναπτύχθηκε ο όμιλος,

ο οποίος και εισηγείται το παρόν θέμα. Η ίδρυση και η μακρόχρονη λειτουργία του Ομίλου εντάσσονται σε ένα ευρύτερο ποιμαντικό και εκκλησιαστικό πλαίσιο διακονίας της νεολαίας μέσω του αθλητισμού. Ο ίδιος τυχάνει τακτικό μέλος της Συνοδικής Επιτροπής Αθλητισμού, γεγονός που προσδίδει θεσμική συνέχεια και εκκλησιαστική συνέπεια στη σύνδεση θεολογικού λόγου και αθλητικής πράξης.

Ο Αθλητικός Όμιλος «Γαλήνη» εκφράζει θερμές ευχαριστίες προς όλους όσους στηρίζουν αυτή την προσπάθεια – αθλητές, προπονητές, γονείς, εθελοντές και φίλους – και δεσμεύεται να συνεχίσει τον αγώνα, εντός και εκτός γηπέδου, για έναν κόσμο με περισσότερη ισότητα, αποδοχή και αλληλεγγύη. Το παράδειγμά του αποτελεί ζωντανή απόδειξη ότι η Εκκλησία, όταν συνομιλεί δημιουργικά με την κοινωνία, μπορεί να προσφέρει ουσιαστικές απαντήσεις στα σύγχρονα κοινωνικά προβλήματα μέσω του αθλητισμού.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3

Βοηθητικά κείμενα

1. Μέγας Βασίλειος: η παιδαγωγική διάσταση του προπονητή

Ο Μέγας Βασίλειος, με τη γνώση της ιατρικής και της ανθρώπινης φύσης, αναγνωρίζει ότι ο προπονητής δεν είναι μόνο τεχνικός καθοδηγητής, αλλά παιδαγωγός που διαμορφώνει χαρακτήρα.

Οι βασικές θέσεις του είναι:

- **Ο προπονητής ως «αλειπτής»:** στον αρχαίο κόσμο ο αλειπτής ήταν ο προπονητής που ετοίμαζε το σώμα για τον αγώνα, και ο Βασίλειος τονίζει τη σημασία της υποστήριξης αυτής.
- **Πειθαρχία και στρατηγική:** ο προπονητής διδάσκει τον αθλητή να εστιάζει σε στόχο, να σχεδιάζει και να εφαρμόζει στρατηγική.
- **Προγύμναση και προετοιμασία:** η σωματική προπόνηση αποτελεί προϋπόθεση για νίκη, όπως και η πνευματική προγύμναση για την κατανόηση των ιερών κειμένων.
- **Ισομερές ενδιαφέρον και μέριμνα:** ο προπονητής πρέπει να φροντίζει όλα τα μέλη της ομάδας, προσαρμόζοντας την άσκηση στις δυνατότητες του καθενός.
- **Αποτροπή υπερβολής:** η άσκηση πρέπει να γίνεται με μέτρο, αποφεύγοντας ακρότητες και καταπόνηση.

Συμπερασματικά, ο Άγιος Βασίλειος θεωρεί τον προπονητή ως παιδαγωγό που στηρίζει τον αθλητή στο δρόμο της πειθαρχίας και της νήψεως, βοηθώντας τον να παραμείνει έτοιμος στον «αγώνα».

2. Ο «άφθαρτος στέφανος» της αιώνιας δόξης (Α' Κορ. 9,25)

Ο Απόστολος Παύλος χρησιμοποιεί την εικόνα του αθλητή για να αναδείξει την πνευματική ανταμοιβή της πίστης:

- **Αντιδιαστολή με τα επίγεια βραβεία:** οι αθλητές κερδίζουν έναν φθαρτό στέφανο, ενώ ο πιστός αγωνίζεται για έναν **άφθαρτο στέφανο**, που δεν φθείρεται από τον χρόνο.
- **Συμβολισμός της σωτηρίας:** το άφθαρτο στέφανο σηματοδοτεί τη σωτηρία και την ένωση με τον Θεό.
- **Νίκη επί του θανάτου:** τα μαρτυρικά στεφάνια (π.χ. Δημητρίου, Νέστορος) θεωρούνται ως συμμετοχή στην αιώνια ζωή.
- **Προϋποθέσεις:** ο πιστός πρέπει να αγωνίζεται «νομίμως», με εγκράτεια, αυτοέλεγχο και σταθερή προσήλωση στον στόχο.

Ο «άφθαρτος στέφανος» είναι το ανώτατο βραβείο της πνευματικής ζωής, που κερδίζεται μέσα από τον «καλό αγώνα».

3. Η πνευματική πυγμαχία και η πειθαρχία του αγώνα

Ο ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ Παύλος χρησιμοποιεί την εικόνα της πυγμαχίας για να δείξει:

- **Στοχευμένο αγώνα:** ο πιστός δεν αγωνίζεται «τυχαία» ή «χαοτικά», αλλά με σκοπό και κατεύθυνση.
- **Υποταγή του σώματος:** όπως ο πυγμάχος υποβάλλει το σώμα σε σκληρή προπόνηση, έτσι και ο πιστός πρέπει να ελέγχει το σώμα του με αυτοέλεγχο.
- **Εγκράτεια:** κάθε αθλητής επιδεικνύει αυτοέλεγχο, και ο πιστός καλείται σε ανάλογη πειθαρχία.
- **Διαφορά κίνητρου:** ο πυγμάχος επιδιώκει ένα φθαρτό βραβείο, ενώ ο χριστιανός στοχεύει στον άφθαρτο στέφανο.

Η πυγμαχία, λοιπόν, γίνεται εικόνα της πνευματικής μάχης κατά των παθών και της αυτοκυριαρχίας.

4. Οι αθλητικές αναφορές στο έργο του Αποστόλου Παύλου

Ο ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ Παύλος χρησιμοποιεί πολλές αθλητικές μεταφορές για να διδάξει τη χριστιανική ζωή:

- **Αγώνας δρόμου / στάδιο:** συγκέντρωση στον στόχο, τερματισμός και βράβευση.
- **Πυγμαχία:** πειθαρχία, αυτοέλεγχος και στόχευση.
- **Προπόνηση:** η σωματική άσκηση ως εικόνα της πνευματικής προετοιμασίας (1 Τιμ. 4,7–8).
- **Υπακοή στους κανόνες:** «εάν μή νομίμως ἀθλήσῃ» (2 Τιμ. 2,5).
- **Ο «καλός αγώνας»:** η πίστη ως σκληρή, αλλά έντιμη μάχη.
- **Ομαδικότητα:** η πίστη και η ζωή της Εκκλησίας ως κοινός αγώνας (Φιλιπ. 1,27).

Από τον Παύλο προκύπτει ότι η χριστιανική ζωή έχει τη δομή του αγώνα, με κανόνες, πειθαρχία και προοπτική αιώνιας δόξας.

5. Η επίδραση της Πατερικής Παράδοσης στη σύγχρονη αθλητική ηθική

Οι Πατέρες έθεσαν τις βάσεις για μια ηθική του αθλητισμού που συνδυάζει σώμα και πνεύμα:

- **Ανθρωπολογική ενότητα σώματος και ψυχής:** το σώμα δεν είναι χωριστό από την ψυχή, αλλά αλληλοεπιδρά.
- **Ηθική του μέτρου (μεσότητα):** αποφυγή υπερβολών, σωματολατρίας και καταπόνησης.
- **Το σώμα ως «ναός»:** σεβασμός, πρόληψη και φροντίδα (αποφυγή καταχρήσεων και ντόπινγκ).
- **Αθλητικές μεταφορές ως ηθικά διδάγματα:** η «νόμιμη άθληση», η πειθαρχία, η αντοχή, η ομαδικότητα.
- **Κοινωνικός ρόλος:** ο αθλητισμός ως μέσο διαμόρφωσης χαρακτήρα, κοινωνικής συνοχής και ειρήνης.

Η Πατερική παράδοση αναδεικνύει τον αθλητισμό ως διαδικασία αρετής, όπου το σώμα ενδυναμώνεται για να υπηρετεί το πνεύμα.

6. Αθλητισμός, βία και κοινωνικές αντιλήψεις (κείμενα από σύγχρονες πηγές)

Τα σύγχρονα κείμενα προσφέρουν ανάλυση της βίας στον αθλητισμό και των κοινωνικών φαινομένων που τη συνοδεύουν:

(α) Βία και οπαδικές αντιλήψεις

- Σκοπός της έρευνας: διερεύνηση των αντιλήψεων των οπαδών για μέτρα καταστολής της βίας.
- Αποτέλεσμα: οι περισσότεροι γνωρίζουν τα μέτρα, αλλά δεν είναι ικανοποιημένοι από την αποτελεσματικότητα.
- Πρόταση: παραδειγματική τιμωρία και αυστηρότερη παρουσία αστυνομίας ως μέτρα αποτροπής.

(β) Έμφυλη βία και #MeToo στον αθλητισμό

- Το κίνημα #MeToo στον ελληνικό αθλητισμό πυροδοτήθηκε από την καταγγελία της Σ. Μπεκατώρου (2020).
- Η δημοσιογραφική κάλυψη περιορίστηκε σε καταγραφή γεγονότων, χωρίς σαφή στήριξη.
- Η καθυστέρηση της καταγγελίας εξηγείται από φόβο, τραύμα και «ομερτά».

(γ) Διαφθορά και εξουσία

- «Κρατικό-εταιρικό έγκλημα» στον αθλητισμό: συνεργασία πολιτικών και οικονομικών φορέων για παράνομες ενέργειες.
- Παράδειγμα: υπόθεση «Koriorolis» και δικαστικό αποτέλεσμα με μικρές καταδίκες.
- Η Σύμβαση Macolin ορίζει τη χειραγώγηση αγώνων ως αλλοίωση αποτελέσματος για πλεονέκτημα.

(δ) Επιθετικότητα – βία στον αθλητισμό

- Επιθετικότητα: πρόθεση βλάβης.
- Βία: χρήση δύναμης που οδηγεί σε τραυματισμό.
- Ρόλος προπονητή: προώθηση θετικών συμπεριφορών και αποτροπή επιθετικότητας.

(ε) Εκκλησία και αθλητισμός

- Ο Άγιος Νεκτάριος θεωρείται προστάτης της Φυσικής Αγωγής λόγω της καθιέρωσης της γυμναστικής και του ποδοσφαίρου στη Ριζάριο.
- Τονίζει τη «σύμμετρη σωματική γυμνασία» ως τμήμα της τέλει παιδείας.
- Το κίνημα του «Μυϊκού Χριστιανισμού» συνδέει σωματική δύναμη με ηθική αρετή.

(στ) Αθλητισμός και κακοποινητικές συμπεριφορές

- Το στάδιο της κορύφωσης (SIA) είναι περίοδος ευαλωσίας και κακοποίησης.
- Η «ζυγαριά» ως μηχανισμός ελέγχου στην ενόργανη.
- Η «ομερτά» ως άγραφος κανόνας σιωπής

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 4

Το Φαινόμενο του Χουλιγκανισμού: Ορισμός, Ιστορική

Διαδρομή και Ερμηνευτικές Προσεγγίσεις

1. Ετυμολογία και Εννοιολογικός Προσδιορισμός

Ο όρος «χουλιγκανισμός» (hooliganism) προέρχεται από την αγγλική λέξη που σημαίνει «αλητεία» ή «μαγκιά» (Μαρκάκης, 2019). Η προέλευσή του είναι ασαφής, με επικρατέστερες εκδοχές να τον συνδέουν με το όνομα του Ιρλανδού βανδαλιστή **Patrick Hoolihan**, τη συμμορία «**Hoooley**» από το Λονδίνο ή την ιρλανδική λέξη «**houlie**» που περιγράφει ένα έκλυτο πάρτι (Μαρκάκης, 2019· Μαυρέλης, 2012). Ο όρος εμφανίστηκε στη βρετανική λογοτεχνία τη δεκαετία του **1890** για να περιγράψει τον τρόπο ζωής της εργατικής τάξης του Λονδίνου (Μαρκάκης, 2019).

Επιστημονικά, ο χουλιγκανισμός θεωρείται έννοια **ρευστή**, καθώς στερείται σαφούς νομικού ορισμού (Τσανικίδου, 2025). Η **Αναστασία Τσουκαλά** τον ορίζει ως κάθε πράξη (υλική ή προφορική) που συνεπάγεται απειλή ή χρήση βίας, επιφέρει βλάβες και θίγει τη δημόσια τάξη με αφορμή μια αθλητική συνάντηση (Μαρκάκης, 2019· Μαυρέλης, 2012). Ο **Αντώνης Μαγγανάς** προσθέτει τη διάσταση της περιφρόνησης προς πρόσωπα και περιουσίες από ομάδες νεαρών ατόμων (Μαυρέλης, 2012).

2. Ιστορική Εξέλιξη στην Ευρώπη

Η διαδρομή της οπαδικής βίας στην Ευρώπη διακρίνεται σε δύο κύριες περιόδους (Μαρκάκης, 2019):

- **Πρώτη Περίοδος (Αρχές 20ού αι. – Μέσα δεκαετίας 1970):** Τα επεισόδια είχαν **αυθόρμητο χαρακτήρα**, περιορίζονταν εντός των γηπέδων και συνδέονταν άμεσα με την εξέλιξη του αγώνα ή τις αποφάσεις των διαιτητών (Μαρκάκης, 2019).
- **Δεύτερη Περίοδος (1969 – Σήμερα):** Παρατηρείται ποιοτική αλλαγή. Οι συγκρούσεις γίνονται **οργανωμένες και προμελετημένες**, μεταφέρονται εκτός γηπέδων και αποσυνδέονται από το αγωνιστικό αποτέλεσμα (Μαρκάκης, 2019). Το **1985** αποτέλεσε χρονιά-ορόσημο λόγω της τραγωδίας του **Heysel**, που οδήγησε στη θέσπιση ειδικών νόμων (Μαρκάκης, 2019· Σπανίδου, 2019).

3. Η Ελληνική Πραγματικότητα

Στην Ελλάδα, τα πρώτα δείγματα βίας εμφανίστηκαν ήδη από τις αρχές του 20ού αιώνα με αυθόρμητο χαρακτήρα (Μαρκάκης, 2019). Ωστόσο, η **κουλτούρα του νεανικού οπαδισμού εδραιώθηκε τη δεκαετία του 1980**, παράλληλα με την

επαγγελματοποίηση και εμπορευματοποίηση του ποδοσφαίρου (Μαρκάκης, 2019· Τσανικίδου, 2025). Έκτοτε, το φαινόμενο εξαπλώθηκε και σε άλλα αθλήματα (μπάσκετ, βόλεϊ), ενώ οι οπαδοί συχνά εργαλειοποιούνται από διοικητικούς παράγοντες ως «ιδιωτικοί στρατοί» (Μαυρέλης, 2012· Τσανικίδου, 2025). Σήμερα, η οπαδική βία έχει μετατραπεί από απλή αντιπαράθεση σε **ωμή δολοφονική ενέργεια**, όπως αποδεικνύουν πρόσφατες δολοφονίες φιλάθλων (Γογγάκη, 2022).

4. Ερμηνευτικές Προσεγγίσεις

Η επιστημονική κοινότητα προσέγγισε τον χουλιγκανισμό μέσα από διάφορες θεωρίες:

- **Μαρξιστική (Ian Taylor):** Η βία είναι αντίδραση της εργατικής τάξης στην εμπορευματοποίηση του ποδοσφαίρου (Μαρκάκης, 2019).
- **Υποπολιτισμική (John Clarke):** Αναζήτηση συλλογικής ταυτότητας από περιθωριοποιημένους νέους (Μαρκάκης, 2019).
- **Ηθογενετική (Peter Marsh):** Η βία ως «τελετουργική συμπεριφορά» (aggro) με σιωπηρούς κοινωνικούς κανόνες (Μαρκάκης, 2019· Μαυρέλης, 2012).
- **Στρατηγική του Φαίνεσθαι (Ehrenberg):** Ο χουλιγκανισμός ως μέσο απόκτησης **ορατότητας** για κοινωνικά αποκλεισμένους νέους σε μια κουλτούρα που θεοποιεί την εικόνα (Μαστρογιαννάκης, 2024).

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 5

Ο «δημοσιογραφικός οπαδισμός» και η συμβολή των ΜΜΕ στη διαμόρφωση βίαιων οπαδικών συμπεριφορών

Ο λεγόμενος «δημοσιογραφικός οπαδισμός» και ο τρόπος με τον οποίο τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) διαχειρίζονται την αθλητική είδηση διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση στάσεων, αντιλήψεων και συμπεριφορών, ιδίως των νεαρών φιλάθλων. Η σχετική βιβλιογραφία αναδεικνύει ότι τα ΜΜΕ δεν λειτουργούν απλώς ως ουδέτεροι μεταφορείς πληροφορίας, αλλά συχνά ως ενεργοί διαμορφωτές οπαδικής συνείδησης και κοινωνικής συμπεριφοράς.

Καταρχάς, παρατηρείται **καλλιέργεια και διδασκαλία επιθετικότητας**, καθώς η επιθετική συμπεριφορά παρουσιάζεται ως μαθημένη κοινωνική πρακτική. Οι νέοι, εκτεθειμένοι σε βίαια πρότυπα που προβάλλονται ή ακόμη και επιβραβεύονται από τα ΜΜΕ, τείνουν να τα μιμούνται. Ιδιαίτερα η χρήση πολεμικής ορολογίας («μάχη»,

«στρατόπεδα», «εξόντωση», «φονιάς») ακόμη και σε φαινομενικά συμβολικό επίπεδο, λειτουργεί παιδαγωγικά προς την κατεύθυνση της επιθετικότητας.

Παράλληλα, καταγράφεται **ηρωοποίηση της βίας**, όταν τηλεοπτικά και ψηφιακά μέσα προβάλλουν επανειλημμένα επεισόδια οπαδικής σύγκρουσης με δραματοποιημένο λόγο. Η πρακτική αυτή δεν αποδοκιμάζει τη βία, αλλά αντιθέτως προσδίδει κύρος και «δόξα» στους ταραξίες, δημιουργώντας πρότυπα «ανδρείας» που γίνονται ελκυστικά στους νέους.

Ιδιαίτερη σημασία έχει επίσης η **διαμόρφωση φανατισμένης οπαδικής ταυτότητας**. Μέρος του αθλητικού Τύπου απευθύνεται συνειδητά σε συγκεκριμένα οπαδικά ακροατήρια, ενισχύοντας παρεκκλίνουσες συμπεριφορές και καλλιεργώντας λόγο μίσους απέναντι στον «αντίπαλο», ο οποίος συχνά δαιμονοποιείται.

Στη σύγχρονη ψηφιακή πραγματικότητα, ο δημοσιογραφικός οπαδισμός **ενισχύεται μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης**, όπου οι αλγόριθμοι και τα λεγόμενα «δωμάτια αντήχησης» (echo chambers) εγκλωβίζουν τους χρήστες σε κλειστά ιδεολογικά περιβάλλοντα, εντείνοντας την πόλωση και την αδυναμία διαλόγου.

Παράλληλα, παρατηρείται **απώλεια δημοσιογραφικής αντικειμενικότητας**, καθώς δημοσιογράφοι λειτουργούν συχνά ως φορείς εξυπηρέτησης οικονομικών ή διοικητικών συμφερόντων αθλητικών παραγόντων, συγκαλύπτοντας βαθύτερα αίτια διαφθοράς και βίας.

Τέλος, η **απευαισθητοποίηση των νέων** μέσω της καθημερινής έκθεσης σε βίαιες εικόνες οδηγεί στην κανονικοποίηση της βίας ως αποδεκτού ή αποτελεσματικού τρόπου επίλυσης διαφορών, ενώ η συνεχής καλλιέργεια καχυποψίας γύρω από τη δεισιπνεία και τη «δικαιοσύνη» των αγώνων δηλητηριάζει το φίλαθλο πνεύμα και εντείνει τις βίαιες αντιδράσεις.

Συμπερασματικά, ο δημοσιογραφικός οπαδισμός λειτουργεί ως **καταλύτης κοινωνικής όξυνσης**, μετατρέποντας τον αθλητικό ανταγωνισμό σε πεδίο σύγκρουσης και εγκλωβίζοντας ιδιαίτερα τους νέους σε ρόλους «μαχητών» για το γόητρο της ομάδας τους. Η διαπίστωση αυτή ενισχύει την ανάγκη παιδαγωγικής, ποιμαντικής και θεσμικής παρέμβασης υπέρ ενός αθλητισμού ήθους, ειρήνης και κοινωνικής συνοχής.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 6

Ο ρόλος των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης στην έξαρση του χουλιγκανισμού

Ο ρόλος των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) στην έξαρση του χουλιγκανισμού περιγράφεται από τις πηγές ως πολυδιάστατος και συχνά αρνητικός, καθώς η διαχείριση της αθλητικής είδησης μπορεί να τροφοδοτήσει την επιθετικότητα.

Συγκεκριμένα, ο ρόλος των ΜΜΕ εντοπίζεται στα εξής σημεία:

- **Κατασκευή «Ηθικού Πανικού» και Στιγματισμός:** Ο χουλιγκανισμός περιγράφεται συχνά ως ένας «ηθικός πανικός» που κατασκευάζεται και διογκώνεται από τα ΜΜΕ, δημιουργώντας μια εικόνα επικινδυνότητας που δεν ανταποκρίνεται πάντα στην πραγματικότητα. Η δραματοποιημένη και επαναλαμβανόμενη προβολή επεισοδίων ενισχύει την κοινωνική ανησυχία και τον φόβο θυματοποίησης.
- **Χρήση «Πολεμικής» Ορολογίας:** Οι δημοσιογράφοι συχνά υιοθετούν μια πολεμική ρητορική στις περιγραφές τους (π.χ. «θα γίνει μάχη», «φονιάς των διαιτητών», «ρίψη βομβών» στο μπάσκετ), η οποία καλλιεργεί υποσυνείδητα προθέσεις για επιθετικές ενέργειες.
- **Δημοσιογραφικός Οπαδισμός:** Πολλές αθλητικές εφημερίδες απευθύνονται σε συγκεκριμένο οπαδικό κοινό, «χαϊδεύοντας τα αυτιά» των οπαδών και επιβραβεύοντας παρεκκλίνουσες συμπεριφορές. Ο «δημοσιογραφικός οπαδισμός» και οι προκλητικοί τίτλοι ενισχύουν τις τάσεις κοινωνικού ρατσισμού στους οπαδικούς κύκλους.
- **Ηρωοποίηση και Προβολή της Βίας για την Τηλεθέαση:** Τα τηλεοπτικά κανάλια, αναζητώντας υψηλή τηλεθέαση, σπεύδουν να προβάλουν τις πιο βίαιες σκηνές, ενθαρρύνοντας και ηρωοποιώντας στην πραγματικότητα τις ενέργειες των ταραξιών. Αυτό δίνει στους βίαιους οπαδούς τη «φήμη της παλικαριάς» την οποία προσπαθούν να διατηρήσουν.
- **Υπερβολική Εστίαση στη Διαιτησία:** Η εξαντλητική ενασχόληση με τις αποφάσεις των διαιτητών δηλητηριάζει το μυαλό των φιλάθλων και δημιουργεί ένα κλίμα δυσπιστίας και επιθετικότητας που μπορεί εύκολα να εκτραπεί σε βία.
- **Απευαισθητοποίηση του Κοινού:** Η επαναλαμβανόμενη έκθεση σε βίαιες εικόνες μέσω των ΜΜΕ αμβλύνει τις συναισθηματικές αντιδράσεις των ατόμων (κυρίως των εφήβων) και μειώνει τη σύνδεση των συνεπειών με την επιθετικότητα, οδηγώντας σε πιο βίαιες στάσεις στην πραγματική ζωή.

- **Ο Ρόλος του Διαδικτύου:** Οι ψηφιακές κοινότητες και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης λειτουργούν ως «ενισχυτές» του οπαδικού μίσους, επιτρέποντας την ανωνυμία και τη γρήγορη διάχυση εμπρηστικών μηνυμάτων.

- **Εργαλειοποίηση από Συμφέροντα:** Τα ΜΜΕ συχνά στερούνται κριτικής σκέψης και ελέγχονται από κυρίαρχες οικονομικές δυνάμεις, με αποτέλεσμα να αναπαράγουν εργαλειακές λογικές που συγκαλύπτουν τα πραγματικά αίτια της διαφθοράς και της βίας.

Για την αντιμετώπιση του φαινομένου, οι πηγές προτείνουν τα ΜΜΕ να αγνοούν τα βίαια επεισόδια, να προβάλλουν υγιή αθλητικά πρότυπα και να υπάρξει αυστηρή νομοθεσία που θα απαγορεύει την προβολή επικίνδυνων δηλώσεων.



ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΙΣΗΓΗΣΗΣ: Πρωτ/ρος Αντώνιος Ρουμελιώτης,
Κληρικός της Ι. Μητροπόλεως Πατρών, Επίτιμος Πρόεδρος
του Αθλητικού Ομίλου Αχαΐας «ΓΑΛΗΝΗ», Εκδότης της Μηνιαίας
περιοδικής έκδοσης «ΔΙΨΩ» & τακτικό μέλος της Ειδικής Συνοδικής
Επιτροπής Αθλητισμού, της Ιεράς Συνόδου της Εκκλησίας της Ελλάδος.

Επικοινωνία: τηλ. 6978941413

Email: roumeliotisantionios@gmail.com

[https : //www.goneisenorias.gr](https://www.goneisenorias.gr)

[https: //ekp-dipso.gr](https://ekp-dipso.gr)

YouTube: Antonios Roumeliotis iereas

ΕΤΟΣ 2026



Βιβλιογραφία

- Αγία Γραφή (Εβδομήκοντα / Κοινή Μετάφραση).
- Βακαδάρης, Ι. (2010). *Ορθοδοξία και Αθλητισμός*. Περιοδικό Ηλιοτρόπιο.
- Γογγάκη, Κ. (2022). *Η ωμότητα της οπαδικής βίας στην Ελλάδα*. Έθνος.
- Λέντζος, Κ. (2020). *Εκκλησία και Αθλητισμός*. ΔΠΜΣ «Ελλάδα: Εκκλησιαστική Ιστορία και Πολιτισμός», ΑΠΘ.
- Μανδέλη, Α. (2022). *Μ.Μ.Ε. και έμφυλη βία στον αθλητισμό: πολιτικός τύπος και σεξουαλική παρενόχληση Ελληνίδων αθλητριών*. Διπλωματική Εργασία, ΕΑΠ.
- Μαρκάκης, Ι. (2019). *Βία και Αθλητισμός: Οπαδικές αντιλήψεις και πολιτικές αντιμετώπισης του «χουλιγκανισμού» στην Ελλάδα*. Διπλωματική Εργασία, ΕΑΠ.
- Μάστορα, Ι., & Βαλοτάσιου, Χ. (χ.χ.). *Βία και επιθετικότητα των εφήβων στην αθλητική δραστηριότητα*.
- Μαστρογιαννάκης, Δ. (2024). *Αθλητισμός, δημοκρατικό φαντασιακό, οπαδική βία και διαχείριση του εαυτού: η οπτική του Alain Ehrenberg*. Greek Journal of Sport and Social Sciences.
- Μαύρελης, Δ. (2012). *Η Βία στα Γήπεδα*. ΠΜΣ Ποινικών και Εγκληματολογικών Επιστημών, ΔΠΘ.
- Μέλλιου, Β. (2021). *Η Σωματική και Πνευματική Άσκηση στην Αρχαία Ελληνική και Χριστιανική Παράδοση*. Διπλωματική Εργασία, ΑΠΘ.
- Μηλιώνη, Α. Χ. (2017). *Η ευθύνη προς τον άλλο: Ζητήματα ταυτότητας, ετερότητας και ηθικής ευθύνης*. Διπλωματική Εργασία, ΕΚΠΑ.
- Μουστάκας, Ν. (2020). *Πολιτική Βία: Η επικαιρότητα, τα γεγονότα και η θεωρία των δύο άκρων*. Κύκλος Ιδεών.
- Παπαστεφανάκη, Β. (2022). *Αθλητισμός: Δίκαιο, Ιατρική και Ηθικά Διλήμματα*. Μεταπτυχιακή Διατριβή Βιοηθικής, ΔΠΘ.
- Πορφύριος Καυσοκαλυβίτης. *Βίος και Λόγοι*.
- Ρασιδάκη, Χ. (2015). *Σχολικός Εκφοβισμός • Bullying: Αποτελεσματικές δεξιότητες επικοινωνίας*. Εκδόσεις Πατάκη.
- Σπανίδου, Σ. (2019). *Αθλητισμός και Ανθρώπινα Δικαιώματα: Οι Συνθήκες του Συμβουλίου της Ευρώπης για τον Αθλητισμό*. Διπλωματική Εργασία.

- Τασσοπούλου, Σ. (2023). *Αθλητισμός και κακοποιοτικές συμπεριφορές: Η περίπτωση ανήλικων αθλητών και αθλητριών της ενόργανης γυμναστικής στην Ελλάδα*. Greek Journal of Sport and Social Sciences.
- Τσανικίδου, Ε. (2025). *Η Σκοτεινή Πλευρά του Αθλητισμού: Οπαδική βία, Σχέσεις Διαφθοράς και Εξουσίας*. Διπλωματική Εργασία, ΕΑΠ.
- CSI Institute. (2022). *Κοινωνική Βία / Το φαινόμενο και η επίδρασή του στο κοινωνικό σύνολο*.
- Schwabe, D. (2025). *The MEVIR 2 Framework: A Virtue-Informed Moral–Epistemic Model of Human Trust Decisions*. arXiv.
- Theodorakis, Y. (2008). *Επιθετικότητα - Βία στον αθλητισμό*. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- Theodoridis, A. (2025). *Το σθένος της ηθικής και παιδαγωγικής σκέψης του Αριστοτέλη ως αντίβαρο στον ηθικό σχετικισμό*. Περιοδικό «Ηθική».
- Γογγάκη, Κ. (2022). *Η ωμότητα της οπαδικής βίας στην Ελλάδα*. Έθνος / Hub UoA.
- Λέντζος, Κ. (2020). *Εκκλησία και Αθλητισμός*. ΔΠΜΣ «Ελλάδα: Εκκλησιαστική Ιστορία και Πολιτισμός», ΑΠΘ.
- Μαρκάκης, Ι. (2019). *Βία και Αθλητισμός: Οπαδικές αντιλήψεις και πολιτικές αντιμετώπισης του «χουλιγκανισμού» στην Ελλάδα*. Διπλωματική Εργασία, ΕΑΠ.
- Μαστρογιαννάκης, Δ. (2024). *Αθλητισμός, δημοκρατικό φαντασιακό, οπαδική βία και διαχείριση του εαυτού: η οπτική του Alain Ehrenberg*. Greek Journal of Sport and Social Sciences.
- Μαυρέλης, Δ. (2012). *Η Βία στα Γήπεδα*. ΠΜΣ Ποινικών και Εγκληματολογικών Επιστημών, ΔΠΘ.
- Σπανίδου, Σ. (2019). *Αθλητισμός και Ανθρώπινα Δικαιώματα: Οι Συνθήκες του Συμβουλίου της Ευρώπης για τον Αθλητισμό*. Διπλωματική Εργασία.
- Τσανικίδου, Ε. (2025). *Η Σκοτεινή Πλευρά του Αθλητισμού: Οπαδική βία, Σχέσεις Διαφθοράς και Εξουσίας*. Διπλωματική Εργασία, ΕΑΠ.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: APA.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Coakley, J. (2015). *Sports in society: Issues and controversies*. McGraw-Hill Education.

- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. Human Kinetics.
- Kohlberg, L. (1984). *The psychology of moral development*. Harper & Row.
- Piaget, J. (1965). *The moral judgment of the child*. Free Press.
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. L. (2007). *Sport and character development*. Human Kinetics.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society*. Harvard University Press.
- Ware, K. (1997). *The Orthodox Church*. Penguin Books.
- Αγία Γραφή. Α' Κορ. 9:24–27.
- Παΐσιος, Γ. (2010). *Λόγοι και διδασκαλίες*. Εκδόσεις Τήνος.
- Παπαγεωργίου, Α. (2015). *Η ηθική αγωγή και η καλλιέργεια αρετών στα παιδιά*. Αθήνα: Εκδόσεις Παιδαγωγικό Ινστιτούτο.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή.....	1
Τι προτείνει σήμερα η Εκκλησία για την αντιμετώπιση της βίας στον αθλητισμό.....	2
Στρατηγικό σχέδιο δράσης.....	8
Η καλλιέργεια του ήθους στον αθλητισμό ως παιδαγωγικό μέσο πρόληψης της βίας.....	13
Μαρτυρίες Νέων: Προτάσεις και Παιδαγωγική Ευαισθησία.....	20
Η ΚΑΤΗΧΗΣΗ ως πρόληψη της βίας στον αθλητισμό: προτάσεις ανά ηλικιακή βαθμίδα.....	31
Παράρτημα 1 (ΡΗΤΑ ΑΓΙΟΓΡΑΦΙΚΑ- ΠΑΤΕΡΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ).....	45
Παράρτημα 2 (Εφαρμοσμένο παράδειγμα εκκλησιαστικής ποιμαντικής μέσω του Αθλητισμού. Ο Αθλητικός όμιλος ΓΑΛΗΝΗ και η πρωτοβουλία: ΓΚΟΛ ΣΤΟΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟ).....	46
Παράρτημα 3 (ΒΟΗΘΗΤΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ).....	48
Παράρτημα 4 (Το φαινόμενο του χουλιγκανισμού).....	52
Παράρτημα 5 (Ο «δημοσιογραφικός οπαδισμός» και η συμβουλή των ΜΜΕ στη διαμόρφωση βίαιων οπαδικών συμπεριφορών).....	53
Παράρτημα 6 (Ο ρόλος των ΜΜΕ στην έξαρση του χουλιγκανισμού).....	55
Βιβλιογραφία.....	57